



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

교육학박사 학위논문

진로 의사결정 과정에서
조절초점-조절전략 일치 여부에
따른 정서 및 인지 반응의 차이

2018년 2월

서울대학교 대학원
교육학과 교육상담전공
김 경 은

진로의사결정 과정에서
조절초점-조절전략 일치 여부에
따른 정서 및 인지 반응의 차이

지도교수 김 계 현

이 논문을 교육학 박사 학위논문으로 제출함
2017년 11월

서울대학교 대학원
교육학과 교육상담전공
김 경 은

김경은의 박사 학위논문을 인준함
2017년 12월

위 원 장 _____ (인)

부위원장 _____ (인)

위 원 _____ (인)

위 원 _____ (인)

위 원 _____ (인)

국문초록

본 연구의 목적은 진로의사결정 과정에서 진로 목표 달성을 위해 행동을 조절하는 동기체계와 각 동기체계에 맞는 접근수단의 일치(fit) 여부가 진로 선택에 대한 정서 및 인지 반응에 미치는 영향을 비교하는 데 있다.

진로상담 및 진로의사결정 초기 연구들은 진로의사결정의 어려움을 ‘진로미결정’으로 규정하고 진로미결정을 진로 문제로 보았기에 진로미결정의 원인과 미결정자의 특성을 파악하는 데 주력하였다. 그러나 우리나라 대학생들에게서 ‘문제 있는 진로결정자’의 존재를 어렵지 않게 발견할 수 있다. 국내 대학생은 미국의 대학생에 비해 진로결정자가 더 많고, 이들 중에는 자신의 진로 선택에 불편함을 느끼는 사람들이 많다. 대학생의 진로상담 실제에서도 자신의 진로결정의 적절성에 대한 확신 부족으로 심리적 어려움을 호소하는 대학생을 만나볼 수 있다. ‘문제 있는 진로결정’은 그 자체로 개인에게 심각한 스트레스원으로 작용할 뿐만 아니라 이후 직업 적응 및 직무 만족에도 영향을 미칠 수 있기 때문에 진로교육 및 상담에서 진로결정자에 대한 개입이 필요하다. 이후 진로the사결정 연구들은 진로 결정의 여부뿐만 아니라 진로결정의 질을 고려해야 함을 강조하면서 진로결정과 관련된 중요한 요인을 함께 고려하여 서로 다른 차원의 진로the사결정 유형을 발견하고 그 특성을 이해하고자 하였다. 하지만 진로the사결정 상태를 분류하고 유형별 특성을 기술하는데 그쳤을 뿐 특정 진로the사결정 상태에 이르게 된 근거를 설명하지는 못했다.

더불어 진로상담 및 진로the사결정 연구들은 오랫동안 자신과 직업세계에 대한 인지적인 이해를 바탕으로 자신과 직업의 합리적

매칭을 주요 주제로 다루어왔기 때문에 진로의사결정 과정에서 인지적 역할을 강조하였고 정서의 역할에 대해서는 상대적으로 관심을 기울이지 않았다. 하지만 최근 진로상담 이론 및 연구에서는 진로의사결정 과정은 인지적 과정인 동시에 정서적인 과정이며 합리성을 강조한 모델만으로는 진로의사결정 과정의 복잡성을 충분히 이해할 수가 없다는 논의가 꾸준히 이루어지고 있다. 이에 본 연구는 효용극대화(utility maximization)를 위한 합리성을 대신하여 ‘제한된 합리성(bounded rationality)에 의하여 적당히 만족스러운 대안을 추구하는(satisfying) 것’으로 인간 행동을 묘사하고 있는 행동론적 의사결정 이론을 바탕으로 진로를 선택했으나 자신의 진로 선택에 불편감을 느끼는 국내 대학생의 진로의사결정 과정을 탐구하고자 하였다.

구체적으로 본 연구는 Higgins(2000)의 조절초점이론(regulatory focus theory)에서 제시한 ‘조절적합성 효과(regulatory fit effect)’의 개념을 바탕으로 진로 선택에 대한 불편감을 초래하는 기제의 일부 가능성에 대해 설명하고자 시도하였다. Higgins(1997)의 조절초점이론은 의사결정과정에서 목표 달성을 위해 행동을 조절하는 동기체계인 조절초점(regulatory focus)과 의사결정과정에서 사용되는 조절전략(regulatory means) 간의 조절일치(regulatory fit) 여부가 선택에 대한 가치 지각에 영향을 미친다고 설명한다. 즉, 개인의 목표 추구 상황에서 목표 달성을 위한 동기체계에 부합하는 수단을 사용하면 그렇지 않을 때보다 자신의 행위에 대해서 지각된 가치가 높다는 것이다. Higgins(2000)는 조절초점과 조절전략이 일치하면 목표 수행에 흥미를 느끼며 그 행위가 옳다는 느낌(feel right)을 경험한다고 설명하였고, 이를 ‘조절적합성 효과’라고 하였다. 조절적합성 효과는 선택에 대한 가치를 자신의 현재 조절 동기 성향과 의사결정이 이루어지는 전략 간의 함수 관계에 바탕을 두고 있다고 보고,

조절초점과 조절전략의 일치 여부가 선택과 결정의 결과를 어떻게 평가하는지에 영향을 준다는 것이다. Higgins(1997)는 인간은 목표 달성을 위해 자신의 행동을 조절하는 향상초점(promotion focus)과 예방초점(prevention focus)의 두 가지 동기체계를 갖는다고 제안하였고, 향상초점을 가진 개인들은 획득(gain) 또는 획득하지 못함(non-gain)에 민감한 반면, 예방초점의 개인들은 손실(loss) 또는 손실 없음(non-loss)에 민감하다고 하였다. 그러므로 향상초점 개인들은 손실이 발생할 가능성이 있더라도 이를 감수하고 이득을 성취하는 열망전략(eagerness means)을 사용하는 반면, 예방초점 개인들은 설사 이득이 있더라도 손실을 회피하고 부정적인 결과를 예방하는 경계전략(vigilance means)을 사용하여 목적을 이루고자 한다고 설명하였다.

이를 바탕으로 본 연구는 진로의사결정 과정에서 향상초점이 활성화된 상태에서는 경계전략 보다는 열망전략을 사용할 때 자신의 진로선택에 대해 인지적·정서적으로 보다 긍정적인 반응을 할 것이라 예상하였다. 반대로 예방초점이 활성화된 상태에서는 열망전략 보다 경계전략을 사용할 경우에 자신의 진로선택에 대해 인지적·정서적으로 보다 긍정적인 반응을 할 것으로 예상하였다. 즉, 진로의사결정 과정에서 조절적합성 효과가 나타날 것으로 예상하고 이를 실험적으로 검증하고자 하였다.

본 연구의 가설을 확인하기 위해서 조절초점-조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)을 조작한 후 진로선택에 대한 정서 및 인지 반응의 차이를 비교하였다. 먼저, 조절초점 조작을 위한 과제를 개발하였다. 이를 위해 선행연구를 바탕으로 목표 달성을 위한 행동을 조절하는 동기체계 즉, 향상초점과 예방초점의 2가지 조절초점(regulatory focus) 동기를 활성화시키는 가상의 시나리오를 구성한 후 대학상담센터에서 근무하는 상담학 전공 석·박사의 평정

을 거쳐 시나리오를 수정·보완하였다. 또한 예비연구를 거쳐 가상의 시나리오에 대한 피험자들의 피드백을 반영하여 최종 수정하였다. 다음으로 진로 선택 후의 자신의 선택에 대한 가치 판단을 확인하기 위해 모의진로선택 과제를 개발하였다. 이를 위하여 실험 참여자들이 평소에 고려하고 있던 총 9개의 진로 대안 중 최종적으로 하나의 진로를 선택하는 모의진로선택 과제를 개발하고, 과제를 수행하는 과정에서 목표 달성을 위한 조절전략 즉, 열망전략과 경계전략을 무선헌당하여 처치한 후 조절초점-조절전략 일치 여부를 조작하였다.

본 연구는 총 138명의 대학생들을 대상으로 면대면 실험을 진행하였다. 2개의 조절초점(향상초점, 예방초점)과 2개의 조절전략(열망전략, 경계전략)의 2×2 집단 간 실험설계를 사용하였고, 각 조절초점 내에서 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 정서·인지 반응의 차이를 비교하였다. 138명의 실험 참가자 중 기저선 검사와 조작점검을 통해 연구에 적합하지 않은 것으로 판단된 18명을 제외한 총 120명의 자료를 분석하였다. 연구 결과 첫째, 향상초점이 활성화된 상태의 경우 조절초점-조절전략 일치 여부에 따라 정서·인지 반응의 차이가 나타났다. 먼저 정서 반응을 살펴보면, 조절초점-조절전략의 일치(향상초점-열망전략)가 상충(향상초점-경계전략)에 비해 최종 진로 선택 직후의 호감도, 정적정서 점수가 유의미하게 높았고, 우울과 적의 점수가 유의하게 낮았다. 다음으로 인지 반응을 살펴보면, 일치가 상충에 비해 자신의 진로선택에 대한 확신도 점수가 유의하게 높게 나타났다. 즉, 향상초점이 활성화된 상태에서는 정서·인지 반응 일부에서 조절적합성 효과(regulatory fit effect)를 확인할 수 있었다. 둘째, 예방초점이 활성화된 상태에서 조절초점-조절전략 일치 여부에 따라 정서·인지 반응의 차이가 나타났다. 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략)에 비해 호감도,

통제감과 정적정서 점수가 유의미하게 낮았고, 부적정서, 불안, 우울 점수가 유의미하게 높게 나타났다. 또한 인지적 반응을 살펴보면, 일치가 상충에 비해 직업정보에 대해 통계적으로 유의하게 더 많은 기억량을 보고하였다. 즉, 예방초점이 활성화된 상태에서는 정서 반응에서는 조절적합성 효과(regulatory fit effect)가 나타나지 않았고 오히려 가설과 반대의 결과가 나타났다. 조절초점-조절전략의 상충(예방초점-열망전략)이 일치(예방초점-경계전략)에 비해 정서적으로 긍정적인 반응을 보였다. 그러나 인지 반응에서는 조절초점-조절전략 상충이 일치에 비해 직업 정보에 대한 기억량이 더 많았다. 요약하자면 예방초점이 활성화된 상태에서의 정서 반응에서는 Higgins(2000)의 조절적합성(regulatory fit) 가설이 지지되지 않았고, 인지적 반응에서는 일부 지지되었다.

본 연구는 실험설계를 통해 진로의사결정 과정에서 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 진로선택에 대한 가치 판단의 인과적 영향력을 확인하고자 하였다. 구체적으로 조절일치 여부에 따른 진로선택에 대한 정서 및 인지 반응의 차이를 증명하였다. 본 연구를 통해서 밝혀진 진로의사결정 과정에서의 조절초점-조절전략 일치 효과는 향후 ‘문제 있는 진로결정자’들의 진로타협에 대한 심리적 적응 특히, 정서적 적응을 돕는 진로상담의 개입에 유용한 시사점을 제공해 줄 것으로 기대된다.

주요어 : 진로상담, 진로의사결정, 조절적합성

학 번 : 2014-30480

목 차

I. 서론 1

- 1. 연구의 필요성 및 목적 1
- 2. 연구문제 및 가설 10
- 3. 용어의 정리 12

II. 이론적 배경 13

- 1. 인지적 정보처리 이론 13
- 2. 조절초점 이론 20

III. 연구방법 26

- 1. 연구 참여자 26
- 2. 연구 설계 개요 27
- 3. 연구도구 30
- 4. 연구절차 37
 - 1) 연구절차 개관 37
 - 2) 실험자극 개발 38
 - 3) 예비 실험 50
 - 4) 본 실험 51
- 5. 자료분석 59

IV. 연구결과 60

- 1. 결과분석을 위한 자료검토 60
 - 1) 사전 동질성 검증 60
 - 2) 조절초점 활성화 조작 확인 61
 - 3) 집단별 최종직업선택 비율 71

3. 연구결과 - 향상초점	72
1) 정서반응	72
2) 인지반응	76
4. 연구결과 - 예방초점	78
1) 정서반응	78
2) 인지반응	82
 V. 요약 및 논의	 84
1. 향상초점 활성화 상태에서의 조절적합성 효과	84
2. 예방초점 활성화 상태에서의 조절적합성 효과	89
 VI. 의의 및 제언	 95
1. 연구의 의의 및 시사점	95
2. 제한점 및 후속 연구를 위한 제언	98
 참고문헌	 100
 부록	 115
 Abstract	 136

표 목 차

<표 1> 실험 참여자들의 인구학적 특성	26
<표 2> 집단 조건별 참여자 특성	26
<표 3> 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 2×2 실험 설계	27
<표 4> 실험 연구 설계 개요	29
<표 5> 시나리오 평정 결과	33
<표 6> 향상초점(promotion focusing) 시나리오	42
<표 7> 예방초점(prevention focusing) 시나리오	43
<표 8> 조절전략 글쓰기 과제 평정 결과	44
<표 9> 열망전략 글쓰기 과제	45
<표 10> 경계전략 글쓰기 과제	46
<표 11> 열망후기 지문(gain & loss)	49
<표 12> 경계후기 지문(non-loss & non-gain)	50
<표 13> 예비 실험에서 제시된 피드백과 수정 내용	51
<표 14> 모의진로탐색 상황 내용	55
<표 15> 최종 직업 선택 지시문	56
<표 16> 사전 측정치에 대한 집단 차이 검증 결과	60
<표 17> 시점에 따른 정서 반응의 평균과 표준편차	61
<표 18> 호감도 변화에 따른 반복측정분산분석 결과	63
<표 19> 조작 시점에 따른 호감도 수준에 대한 t-tset 결과	64
<표 20> 조작 시점에 따른 각성도 수준에 대한 t-test 결과	65
<표 21> 통제감 변화에 따른 반복측정분산분석 결과	67
<표 22> 조작 시점에 따른 통제감 수준에 대한 t-tset 결과	67
<표 23> 조작 시점에 따른 정적정서 수준에 대한 t-tset 결과	68
<표 24> 부적정서 변화에 따른 반복측정분산분석 결과	70
<표 25> 조작 시점에 따른 부적정서 수준에 대한 t-tset 결과	70
<표 26> 집단 간 최종 직업 선택 비율	71
<표 27> (향상)조절전략 조작 전후의 정서반응의 기술통계량	74
<표 28> (향상) 일치/상충에서의 사전-사후 정서 변화량 차이	74

<표 29> (향상)조절일치 여부에 따른 사전-사후 정서 반응의 차이	75
<표 30> (향상)조절일치 여부에 따른 불안, 우울, 적의 반응의 차이 ...	76
<표 31> (향상)조절일치 여부에 따른 인지 반응의 차이	76
<표 32> (예방)조절전략 조작 전후의 정서반응의 기술통계량	78
<표 33> (예방) 일치/상충에서의 사전-사후 정서 변화량 차이	80
<표 34> (예방)조절일치 여부에 따른 사전-사후 정서 반응의 차이	81
<표 35> (예방)조절일치 여부에 따른 불안, 우울, 적의 반응의 차이 ...	82
<표 36> (예방)조절일치 여부에 따른 인지 반응의 차이	83

그 립 목 차

[그림 1] 인지적 정보처리 피라미드	14
[그림 2] CASVE 주기	15
[그림 3] SAM(Self-Assessment Manikin)	32
[그림 4] 연구절차	37
[그림 5] 실험 절차	53
[그림 6] 검사 시점에 따른 호감도 변화	62
[그림 7] 검사 시점에 따른 각성도 변화	64
[그림 8] 검사 시점에 따른 통제감 변화	66
[그림 9] 검사 시점에 따른 정적정서 변화	68
[그림 10] 검사 시점에 따른 부적정서 변화	69
[그림 11] (향상)조절 일치에 따른 사전-사후 정서반응 변화	73
[그림 12] (향상)조절 상충에 따른 사전-사후 정서반응 변화	73
[그림 13] (향상)조절 일치에 따른 정적/부적 정서반응 변화	73
[그림 14] (향상)조절 상충에 따른 정적/부적 정서반응 변화	73
[그림 15] (예방)조절 일치에 따른 사전-사후 정서반응 변화	79
[그림 16] (예방)조절 상충에 따른 사전-사후 정서반응 변화	79
[그림 17] (예방)조절 일치에 따른 정적/부적 정서반응 변화	79
[그림 18] (예방)조절 상충에 따른 정적/부적 정서반응 변화	79

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

국내 대학생은 미국 대학생들과 달리 진로결정자가 진로미결정자보다 많고, 진로를 결정한 사람 중에서도 자신의 진로 결정에 불편함을 느끼는 사람이 편안함을 느끼는 사람보다 많다(김계현, 고흥월, 김정은, 2013; 김정은, 김승천, 2016; 최은영, 2011). 대학생의 진로상담 실제에서도 진로를 결정한 후에 결정의 적절성에 대한 확신 부족으로 심리적 어려움을 호소하는 대학생들을 만날 수 있다(김계현, 손진희, 김선경, 1995; 한광희, 양은주, 최송미, 2001; 황매향, 김계현, 2001; Hannah & Robinson, 1990). 이러한 문제의식에서 출발하여 최근 국내 진로의사결정 연구에서는 ‘문제 있는 진로결정자’에 대한 관심이 늘고 있다(고흥월, 김계현, 2008; 김봉환, 김계현, 1997; 장선철, 2003; 최은영, 2011). 예를 들어, 김봉환과 김계현(1997)은 진로결정수준과 진로준비행동의 이차원적 유형화를 통해 ‘결정-준비’, ‘결정-비준비’, ‘미결정-준비’, ‘미결정-비준비’의 4가지 유형으로 분류하였고, ‘결정-준비’ 집단을 제외하고는 진로의사결정의 어려움을 겪는 집단으로 보았다. Jones(1989)는 진로결정 유형을 이해함에 있어 진로결정의 유무뿐만 아니라 진로결정의 질까지 고려해야 함을 강조하면서 자신의 진로결정에 대한 편안함-불편함을 함께 고려하여 ‘진로결정-편안’, ‘진로미결정-편안’, ‘진로결정-불편’, ‘진로미결정-불편’의 4개 유형으로 구분하였다. 이 연구를 통해 진로를 결정했다고 보고한 경우에도 자신의 선택에 대한 확신 부족이나 결정 상황에 대한 편안함이 부족한 진로결정자의 존재를 확인할 수 있었다. 또한 고흥월, 김계현(2008)은 한국 대학생의 진로의사결정 성숙수준과 의사결정 상태와의 관계를 분석하였는데, 진로발달 수준이 심각하게 미성숙한 진로결정자들의 존재를 확인하였고, 미성숙한 진로결정자들은 특히 직업적 자아개념 명

료화가 충분하게 이루어지지 못했음을 밝혔다. 즉 앞선 연구들을 통해 진로를 결정했으나 진로준비행동이 부족하거나 자신의 결정에 불편함을 느끼거나 진로발달 수준이 미성숙한 ‘문제 있는 결정자’의 존재들을 확인할 수 있었다.

이에 본 연구는 진로를 결정했으나 자신의 진로 결정에 대해 불편함을 경험하는 진로결정자들에 대한 관심을 바탕으로 진로결정에 대한 불편함을 야기하는 기제에 대해 설명을 시도하고자 하였다. 진로의사결정 과정에서 만족스러운 진로 선택은 쉬운 일이 아니다. 개인은 누구나 진로 선택에 앞서 자신이 바라는 ‘최고’의 직업을 선택하고 싶어하지만 이상적인 진로와 현실적으로 실현 가능한 직업 간의 차이를 경험하게 되면 그 사이에서 최선의 결정을 하기 위해 타협을 할 수 밖에 없기 때문이다(황매향, 김계현, 2001; Gottfredson, 1996). 타협은 진로의사결정 과정에서 매우 보편적으로 발생하는 것으로 간주되는데(Super, 1953), 최선의 선택을 위해 어쩔 수 없이 포기해야만 하는 것들을 받아들이는 것은 개인에게 심각한 스트레스원으로 작용할 수 있기 때문에(라영안, 김경은, 2016; Carr, 1997; Carver, Connor-Smith, 2010; Creed, Blume, 2013; Tsaousides, Jome, 2008) 진로 결정 이후에도 진로 관련 어려움을 경험할 수 있다.

이렇듯 진로 결정자 중에서도 진로 관련 어려움을 호소하는 대학생들이 존재함에도 불구하고 지금까지 진로의사결정의 어려움에 대한 연구는 주로 ‘진로미결정’을 진로 문제로 규정하고 진로미결정의 원인과 진로미결정자의 특성을 파악하는 데 주력해 왔다. 초기 연구자들은 진로결정 여부에 따른 이분법적 구분을 통해 진로의사결정의 어려움을 파악하고자 했다. 이러한 시도가 복잡한 진로의사결정을 이해하는 데 효과적이지 못하다는 인식이 확산되면서 이후 연구자들은 진로미결정의 원인을 발달적 요인(발달적 미결정자)과 심리적 요인(무결정자)으로 구분하여 설명하였다(Salomone, 1982; Vondracek, Hostetler, Schulenberg, & Shimizu, 1990). 예컨대 Cohen, Chartrand와 Jowdy(1995)는 진로미결정 유형을 결정할 준비가 되어 있는 집단, 발달적 미결정자, 만성적인 우유부단 집단(무결정자)으로 분류하였고, 각 유형에 적합한 상담 개입 방안을 마련하

기 위해 각각의 특성을 파악하고자 하였다(Peterson et al., 1991). 그러나 이들 연구는 진로미결정의 상태와 그 원인을 일부 심리적 변인과의 관련성으로 설명하고 있어서 진로미결정의 문제를 통합적으로 이해하는데 한계가 있다(Amir & Gati, 2006). 또한 연구자들마다 미결정의 원인과 특성으로 서로 다른 요인과 유형을 제시하고 있어서 진로미결정 상태 및 원인을 제대로 규명해 내고 있지 못하다는 평가를 받고 있다(Brown et al., 2012; Brown, Krane, 2003; Fuqua, Newman, 1989; Stead, Watson & Foxcroft, 1993). 이로 인해 진로교육 및 상담에서 효과적인 개입 방안을 도출하기가 어렵다는 문제의식이 제기되고 있다(고홍월, 김계현, 2008; 김민선, 연규진, 2014).

이후 진로의사결정 연구들은 진로의사결정의 어려움을 ‘진로미결정’이라는 하나의 동일한 유형으로 구분하기보다는 진로의사결정과 관련된 다양한 요소들을 함께 고려함으로써 보다 세분화된 유형을 발견하고 그 특성을 이해하고자 하였다. 이들 연구는 진로의사결정 유형을 분류하고 각 유형의 심리적, 인지적 특성을 설명한다. 이러한 유형 분류 연구들은 진로상담에서 차별적 진단과 개입을 구상하는데 중요한 시사점을 제공하였다(김연중, 손은령, 2012). 진로의사결정 유형 분류 연구들은 유형에 따른 개인의 심리내적 특성(예: 우울, 불안, 완벽주의, 정서조절전략, 애착 등)을 파악하거나 진로의사결정 유형에 따른 진로 관련 변인(예: 진로정체감, 진로결정 자기효능감, 진로준비행동, 진로결정자율성, 역기능적 진로사고, 진로스트레스 등)의 차이를 살펴보았다(고내숙, 유금란, 2014; 김계현, 고홍월, 김경은, 2014; 김경은, 김승천, 2016; 마미영, 정태연, 2005; 박선희, 박현주, 2009; 박신영, 이동형, 2013; 박예영, 이동형, 2014; 이숙정, 유지현, 2009; 정은이, 2007; 황지영, 고미나, 2015; Ocansey, 2000). 하지만 유형 분류 연구들은 진로의사결정 상태를 분류하고 유형별 특성을 기술하는 데 그쳤을 뿐 특정 진로의사결정 상태에 이르게 된 근거를 충분히 설명하고 있지 못하기 때문에 진로상담 실제에서 진로의사결정의 문제를 미리 예측하고 문제가 심각해지지 않도록 개입하는 데는 활용하기 어렵다(이아라, 이주영, 2016).

지금까지의 진로의사결정에 관한 연구들은 주로 합리적 의사결정을 목표로 개인과 직업세계의 적합한 매칭을 중요하게 다루어 왔다. 합리적인 진로의사결정을 통해 진로문제가 해결될 수 있다고 간주하였기 때문이다. 진로의사결정의 대표적인 모델인 기대효용모델(expected utility model)은 개인이 추구하는 진로대안 중 모든 측면에서 효용성과 만족감이 가장 높은 것을 선택한다고 설명한다. 기대효용 모델을 제시한 Gelatt(1962)은 ① 가능한 대안 탐색, ②가능한 한 많은 정보 수집, ③가치관 검사 실시 및 대안 평가, ④가장 만족도가 높은 대안 선택의 4단계로 이루어진 진로 의사결정 모형을 제시하였다. 또한 Gati(1986)에 의해 개발된 모형인 순차적 배제 모델(sequential elimination model)은 의사결정자가 먼저 자신에게 가장 중요한 것이 무엇인지 결정하고, 그 중요한 고려 대상을 진로대안에 적용하여 충족시키지 못하는 진로대안을 체계적으로 배제시켜나가는 모형이다. 순차적 배제 모델의 핵심은 직업을 다면적으로 파악하여 그 직업에 대해 신체적 능력, 직업적 제약 조건, 직업 관련 가치 및 일의 영역 등 모든 영역을 고려하여 적정선을 정하고, 이에 따라 자신이 원하는 직업은 선택하고 그렇지 않은 것은 배제해 나가는 것이다. 진로의사결정 모델에서는 진로의사결정 과정에서 활용하는 정보는 사실적, 확률적 자료가 아니고 개인의 선호와 중요도와 관련된 주관적 자료임을 강조하고 있어서 객관적이고 이성적인 선택보다는 주관적인 만족도에 관심을 가지고 있다. 그러나 기존의 진로의사결정 모델은 개인이 자신의 이익을 극대화하고 손실을 최소화하는 것을 목표로 합리적인 선택을 할 수 있는 지식과 능력을 보유하고 있음을 가정하는 케인즈의 고전 경제이론에 바탕을 둔 것으로 여전히 ‘합리성’에 의존하여 설명하고 있다는 데 한계가 있다. 직업세계가 급변하고 정보가 범람하는 현대사회에서는 더 이상 합리성만을 강조한 모델만으로는 진로의사결정 과정의 복잡성을 충분히 이해하지 못한다는 논의가 비교적 꾸준히 이루어지고 있다(Emmerling & Cherniss, 2003; Krieshok, Black, & McKay, 2009; 공윤정, 2014 재인용). 최근 진로상담 이론 및 연구에서는 개인과 직업환경의 특성에 대해 객관적인 정보를 수집하고 이에 기반한 개인과 직업세계의 적합한 매칭

을 돕는 전통적인 접근방식(Dawis & Lofquist, 1984; Holland, 1997; Parsons, 1909)에서 벗어나 정서, 직관, 우연, 적응 등을 강조하는 논의가 활발히 이루어지고 있다(Krumboltz, 2009; Miller, 1983; Savickas, 2005).

합리적 의사결정을 강조하는 진로의사결정 이론의 한계점을 두 가지로 요약할 수 있다. 첫째는 진로의사결정 과정에서 정서의 역할이 과소평가 되어 왔다는 것이다. 진로에 인지적 정보처리 접근(Cognitive Information Processing Approach; CIP)을 적용한 Peterson, Sampson & Reardon(1991)은 진로의사결정 과정이 인지적 과정인 동시에 정서적인 과정이라고 보았다. 인지적 정보처리 접근은 자기 자신에 대한 정보는 물론 직업세계에 대한 정보가 끊임없이 변화하기 때문에 정보처리 능력을 향상시킴으로써 개인의 진로문제 해결 능력이 향상될 수 있다고 보았고, 진로 선택을 인지와 정서의 상호작용에 의한 결과로 보았다. 진로의사결정 구성요소에는 사고(인지)뿐만 아니라 감정(정서)도 포함되기 때문에 불안, 혼란, 우울 등 여러 가지 감정이 의사결정 과정의 일부분이 될 수 있다는 전제 하에 진로의사결정 과정에서 어떻게 정서가 정보처리과정에 영향을 주는지 연구하였다(Sampson, Reardon, Peterson, & Lenz, 2003). Emmerling & Cherniss(2003)는 정서가 진로의사결정 과정에서 따르는 위험을 자각하는 데 영향을 미칠뿐만 아니라 자신에 대한 이해 수준과 범위를 조절하고 진로 선택과 관련된 정보를 어떻게 다룰 것인지에 관여한다고 하였다. 즉, 정서는 진로의사결정의 전 과정에 영향을 미친다.

Sampson 등(1992)은 진로문제 해결 및 의사결정과 관련된 정보처리 영역을 피라미드 모형으로 제시하며 개념화하였는데 인지적 정보처리의 세 가지 기본요소는 지식(knowledge) 영역, 의사결정기술(decision making skill) 영역, 실행처리(executive processing) 영역이다. 지식영역은 자기 자신에 대한 지식과 직업 세계에 대한 지식으로 구성된다. 의사결정기술 영역은 개인이 어떻게 의사결정을 하는가를 이해하는 포괄적인 정보처리 기술 영역으로 CASVE 주기로 구성되어 있다. CASVE 주기는 ‘의사소통(communication)-분석(analysis)-종합(synthesis)-가치화(valuing)-실행(execution)’의 일련의 절차를 의미하며, 이 주기를 통해 의사결정기술을

증진시킬 수 있다. 실행처리 영역은 개인이 어떻게 생각하고, 느끼고 행동하는지를 점검하는 부분이다. 이 영역은 메타인지(metacognition)를 포함하는데 메타인지의 기능은 정보를 기억하고 인출하고 감독하는 것으로 자기독백, 자기자각, 모니터링, 통제에 의해 진로문제 해결과 의사결정에 사용되는 인지전략을 선택하고 순서를 결정한다(Sampson, Reardon, Peterson, & Lenz, 2003). Sampson 등(2000)은 메타인지 기술이 향상되면 지식 영역과 의사결정기술 영역에서 드러나는 빈약한 문제해결 전략을 더 높은 메타인지 전략으로 전환함으로써 효과적인 의사결정자가 되도록 변화시킬 수 있다고 설명한다(고향자, 김영아, 2003). Niles & Hartung(2000)은 효과적인 의사결정자는 자신의 진로 가치, 신념, 편견 그리고 감정을 알고 있으며 진로선택을 위해 메타인지를 사용할 줄 안다고 하였다.

인지적 정보처리 접근에서는 ‘진로 문제’를 현재와 바라는 상태 간의 차이로 보았고 이러한 차이가 인지적 부조화를 가져와 문제를 해결하고자 하는 동기를 불러일으킨다고 한다(Peterson, Sampson & Reardon, 1991). ‘문제 해결’은 개인이 처한 상태와 바라는 상태 간의 차이를 좁힐 수 있는 정보와 학습, 인지적 전략을 획득하는 것을 의미하며, ‘의사 결정’은 문제해결을 위한 실행계획을 세우는 데 필요한 인지적·정의적 과정을 포함할 뿐만 아니라 계획을 추구하는 데 따르는 위험을 감수하는 것을 말한다(고향자, 김영아, 2003). 이에 본 연구는 개인이 진로의사결정 과정에서 직면하는 어려움 중 선택에 대한 불편감을 인지적 정보처리 접근에서 말하는 ‘진로 문제’로 간주하고, 진로의사결정 과정에서 인지뿐만 아니라 정서의 영향을 함께 살펴보고자 하였다. 그러나 인지적 정보처리 접근에서는 메타인지의 작동 기제에 대한 경험적 연구가 아직 부족한 실정이므로 본 연구가 밝히고자 하는 직업 선택 후의 불편함을 야기하는 근거를 설명하기에는 한계가 있다.

둘째는 현대사회에서 개인은 합리적인 의사결정을 할 수 있는 충분한 정보와 인지적 능력을 갖추기가 어렵다는 것이다. 실제 진로의사결정 과정에서 개인은 모든 정보에 접근할 수 없으므로 충분한 정보를 수집하기

가 어렵고, 설사 충분한 정보를 수집한다 하더라도 그 정보를 적절히 가공하고 활용하는 데 필요한 충분한 인지적 능력을 갖추기 힘들다 (Krieshok, Black, & McKay, 2009). 최근의 행동론적 의사결정 이론에서는 효용극대화(utility maximization)를 위한 합리성을 대신하여 ‘제한된 합리성(bounded rationality)에 의하여 적당히 만족스러운 대안을 추구하는(satisfying) 것’으로 인간 행동을 묘사하고 있다. Kahneman와 Tversky의 전망이론(prospect theory)에서는 인간은 형식상 동일한 결과를 가져온다고 하더라도 이득을 성취하기 보다는 손실을 회피하는 대안에 더 민감하기 때문에 동일한 크기의 이득과 손실이라면 이득을 획득하기 보다는 손실을 회피하는 선택을 할 가능성이 높아진다고 하였다. 이를 ‘소유효과(endowment effect)’라고 하였고, 인간은 합리적인 선택만을 하지 않을뿐더러 비합리적인 선택일지라도 선택의 결과에 만족할 수 있음을 증명하였다(Kahneman, Tversky, 2013). Higgins(2000)는 이를 더 확장하여 손실을 회피하고자 하는 결정뿐만 아니라 위험을 추구하는 결정도 있음에 주목하고, 조절초점이론(regulatory focus theory)을 통해서 무엇이 만족스러운 결정을 만드는지에 대해 설명하고자 하였다. Higgins(2000)는 의사결정과정에서 목표 달성을 위해 행동을 조절하는 동기체계인 조절초점(regulatory focus)과 목표 달성을 위해 사용되는 조절 전략 간의 조절일치(regulatory fit) 여부가 선택 결과에 대한 가치 지각에 영향을 미친다고 하였다. 다시 말하면, 의사결정 결과물에 대한 가치 지각은 단지 그 결과물 자체에서만 비롯되는 것이 아니라 그 의사결정 과정에서 사용된 전략에 의해서도 결정된다고 보았다. 의사결정과정에서 목표 추구 동기에 걸맞는 전략을 사용하면 몰입과 즐거움을 경험하게 되고, 이러한 경험이 선택 결과에 대한 가치 지각에 긍정적 영향을 미친다는 것이다. 조절초점-조절전략의 일치가 발생했을 때 사람들은 지금 자기가 하고 있는 일 즉, 목표추구행동이 보다 옳고 바람직하다는 느낌(feel right)을 경험한다고 하였고, 이를 조절적합성 효과(regulatory fit effect)라고 한다. 또한 Cesario, Grant, Higgins(2004)는 사람들은 판단이 너무 복잡하여 체계적으로 계산할 수 없을 때나 결과가 불확실한 상황에

서 판단을 내려야 하는 상황에 직면했을 때, “내가 그것에 대해서 어떻게 느끼는가?”를 스스로에게 묻고, 그에 대한 판단은 자연스럽게 정서에 의존한다고 하였다. 사람들은 이 질문에 대한 타당하고 적절한 체험적 이유를 가지고 있지 않는 한 정서가 제공하는 정보가 타당하다고 가정하고 정서를 평가에 활용한다고 하였다(Schwarz, Clore, 1996; Higgins, 1998). 즉 선택 결과에 대한 가치 지각에 있어 정서가 중요한 정보로 활용된다는 것을 알 수 있다.

Higgins(1997)는 인간은 목표달성을 위해 자신의 행동을 조절하는 향상초점(promotion focus)과 예방초점(prevention focus)의 두 가지 동기체계를 갖는다고 제안하였다. 향상초점은 만족스럽고 바라는 결과를 얻기 위해서 자신의 상황을 촉진시키는 것에 초점을 맞추는 것을 의미하는 반면, 예방초점은 불만족스럽거나 원치 않는 결과를 방지하기 위해 자신의 상황을 유지하려는 것에 초점을 맞추는 것이다. Aaker & Lee(2006)는 향상초점을 가진 개인들은 획득(gain)과 획득하지 못함(non-gain)에 민감한 반면, 예방초점의 개인들은 손실(loss)과 손실 회피(non-loss)에 민감하다고 설명하였다. 따라서 향상초점 개인들은 손실이 발생할 가능성이 있더라도 이를 감수하고 이득을 성취하는 열망전략(eagerness means)을 사용하는 반면, 예방초점 개인들은 설사 이득이 있더라도 손실을 회피하고 부정적인 결과를 예방하는 경계전략(vigilance means)을 사용하여 목적을 이루고자 한다(Kirmani & Zhu, 2007; Pham & Avnet, 2004). Higgins(2000)의 조절초점이론에서는 ‘조절적합성 효과’의 개념으로 선택 결과에 대한 가치 지각에 미치는 영향을 설명하고 있다. 이는 본 연구에서 관심을 가지고 있는 진로 선택에 대한 불편감을 초래하는 기제의 일부 가능성을 설명하기에 적합한 이론적 틀로 보인다. 조절초점이론에 따르면, 진로의사결정 과정에서 진로 목표 추구 동기에 부적합한 전략을 사용하면 적절한 전략을 사용했을 때보다 자신의 진로 선택 결과에 대해 옳고 바람직하다는 느낌을 경험하기가 더 어려울 것으로 보인다.

이에 본 연구는 진로의사결정 과정에서도 개인의 조절초점과 조절전략의 일치 여부에 따라 자신의 결정에 대한 가치 판단이 달라지는지를 실

험설계를 통해 확인하고자 한다. 구체적으로 조절초점과 조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따라 자신의 진로 선택에 대한 정서적, 인지적 반응이 달라지는지 그 차이를 분석하였다.

2. 연구문제 및 가설

본 연구의 연구문제와 가설은 다음과 같다.

연구문제 1. 진로의사결정 과정에서 진로 목표를 달성하기 위한 동기체계로 향상초점이 활성화된 상태에서는 그 목표를 달성하는 데 필요한 조절전략의 일치(fit) 여부가 자신의 진로 선택에 대한 정서 및 인지에 어떠한 영향을 미치는가?

- 1.1. 향상초점 동기가 활성화된 상태에서는 목표 달성을 위한 수단으로 경계전략을 사용(non-fit)할 때보다 열망전략을 사용(fit)할 때 자신의 진로 선택에 대한 긍정적 정서 반응이 더 클 것이다.
- 1.2. 향상초점 동기가 활성화된 상태에서는 목표 달성을 위한 수단으로 경계전략을 사용(non-fit)할 때보다 열망전략을 사용(fit)할 때 자신의 진로 선택에 대한 부정적 정서 반응이 더 작을 것이다.
- 1.3. 향상초점 동기가 활성화된 상태에서는 경계전략을 사용(non-fit)할 때보다 열망전략을 사용(fit)할 때 자신의 진로 선택에 대한 확신도와 올바른 수준이 더 높게 나타날 것이다.
- 1.4. 향상초점 동기가 활성화된 상태에서는 경계전략을 사용(non-fit)할 때보다 열망전략을 사용(fit)할 때 진로 관련 위협적 자극에 대한 주의 편향이 더 적게 나타날 것이다.
- 1.5. 향상초점 동기가 활성화된 상태에서는 경계전략을 사용(non-fit)할 때보다 열망전략을 사용(fit)할 때 진로 정보에 대해 더 많이 기억할 것이다.

연구문제 2. 진로의사결정 과정에서 진로 목표를 달성하기 위한 동기체계로 예방초점이 활성화된 상태에서는 그 목표를 달성하는 데 필요한 조절전략의 일치(fit) 여부가 자신의 진로 선택에 대한 정서 및 인지에 어떠한 영향을 미치는가?

- 2.1. 예방초점 동기가 활성화된 상태에서는 목표 달성을 위한 수단으로

열망전략을 사용(non-fit)할 때보다 경계전략을 사용(fit)할 때 자신의 진로 선택에 대한 긍정적 정서 반응이 더 클 것이다.

2.2. 예방초점 동기가 활성화된 상태에서는 목표 달성을 위한 수단으로 열망전략을 사용(non-fit)할 때보다 경계전략을 사용(fit)할 때 자신의 진로 선택에 대한 부정적 정서 반응이 더 작을 것이다.

2.3. 예방초점 동기가 활성화된 상태에서는 열망전략을 사용(non-fit)할 때보다 경계전략을 사용(fit)할 때 진로 선택에 대한 확신도와 올바른 수준이 더 높게 나타날 것이다.

2.4 예방초점 동기가 활성화된 상태에서는 열망전략을 사용(non-fit)할 때보다 경계전략을 사용(fit)할 때 진로 관련 위협적 자극에 대한 주의 편향이 더 적게 나타날 것이다.

2.5. 예방초점 동기가 활성화된 상태에서는 열망전략을 사용(non-fit)할 때보다 경계전략을 사용(fit)할 때 진로 정보에 대해 더 많이 기억할 것이다.

3. 용어의 정리

1) 조절초점(Regulatory focus)

조절초점은 개인이 목적을 이루기 위한 동기로 향상초점(Promotion focus)과 예방초점(Prevention focus)으로 나뉜다. 본 연구에서 향상초점이란 ‘만족스럽고 바라는 결과를 얻기 위해서 자신의 상황을 향상시키는 것에 초점을 맞추는 것’, 예방초점은 ‘불만족스럽거나 원치 않는 결과를 예방하기 위해 자신의 상황을 유지하려는 것에 초점을 맞추는 것’으로 정의한다. 본 연구에서 조절초점의 활성화는 ‘이득 성취 조건’과 ‘손실 회피 조건’의 2가지 게임과 시나리오로 구현되었다.

2) 조절전략(Regulatory means)

조절전략은 개인이 목적을 이루기 위한 행동 전략으로 열망전략(eagerness means)과 경계전략(vigilance means)으로 구분된다. 본 연구에서 열망전략은 ‘다소 위험을 감수하더라도 도전적인 자세로 목표에 접근하려는 노력’으로, 경계전략은 ‘위험이나 손실과 같은 원치 않는 상태를 방지하기 위해 발생 가능한 문제를 파악하고 회피하려는 노력’으로 정의한다. 본 연구에서 조절전략 조작은 최상의 결과를 이뤄내기 위해 필요한 도전을 적어보는 글쓰기와 최악의 경우를 피하기 위해 필요한 대비사항을 적어보는 글쓰기로 구현되었다.

2) 조절적합성 효과(Regulatory fit effect)

본 연구에서 조절적합성 효과가 있다는 것은 ‘조절초점과 조절전략이 일치(fit)했을 때 자신의 진로 선택에 대해 지각된 가치가 높은 것’을 의미한다. 여기서 진로 선택에 대한 지각된 가치는 진로 선택 직후의 정서, 인지적 반응으로 측정하였다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 인지적 정보처리 접근

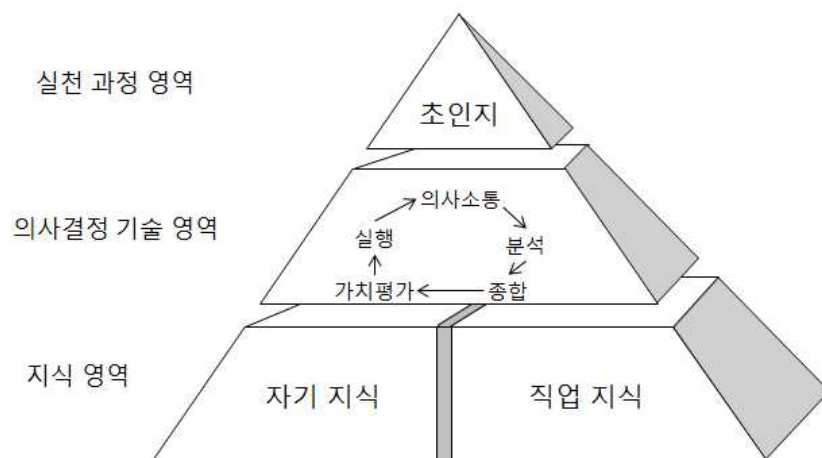
인지는 외부자극의 지각, 외부 혹은 내적 자극처리(사고, 평가, 해석, 의미부여 등), 기억에 저장된 내용(신념, 가치, 가정, 이론, 철학 등) 등과 같이 내부에서 진행되는 정보처리와 관련된 과정을 의미한다(권석만 외, 1998). 인지적 접근에서는 사람의 감정 혹은 행동이 사건이나 상황 자체가 아닌 그에 대한 해석, 즉 인지(사고, 신념)에 의해 결정되고 영향을 받는다고 본다(조민지, 2014). 따라서 진로 영역에서의 인지는 진로 관련 정보 처리와 진로의사결정 관련 사고로 볼 수 있을 것이다(이재창 외, 2002).

인지적 정보처리 접근(Cognitive Information Processing Approach; CIP)은 개인의 진로 문제해결과 의사결정을 효과적으로 도와주며, 진로 상담 이론과 실제와의 분리를 극복할 수 있는 포괄적인 진로상담 모형이다(고향자, 김영아, 2003). 인지적 정보처리 접근은 Peterson, Sampson과 Reardon(1991)에 의해 개발된 이론으로, 개인이 어떻게 진로결정을 내리고 진로문제해결과 의사결정 시 정보를 어떻게 활용하는지의 측면에서 인지를 진로영역에 적용한 이론이다(김봉환, 김병석, 정철영, 2000).

인지적 정보처리 접근에서의 ‘문제’는 현재의 미결정 상태와 바라는 상태간의 차이를 말한다(Peterson, Sampson, & Reardon, 1991). 이러한 차이가 인지적 부조화를 가져오고 문제를 해결하고자 하는 동기를 불러일으킨다. ‘문제 해결’은 개인이 현재 상태와 바라는 상태 간의 차이를 제거할 수 있는 정보와 학습, 인지적 전략을 얻는 것을 말한다. ‘의사결정’은 문제해결뿐만 아니라 문제해결을 위한 계획을 세우는 데 필요한 인지적, 정의적 과정을 포함하며 그 계획을 추구하는 데 따르는 위험을 감수하는 것이다. Sampson, Peterson, Lenz, Reardon & Saunders(1996)는

개인이 지각한 자기정보와 직업정보간의 차이가 선택에 대한 불안감을 상승시키고, 부정적인 정서를 야기하여 진로의사결정에 필요한 정보에 집중하고 기억하는 것을 방해한다고 하였다. 이는 진로정보처리 이론에서는 진로의사결정이 단지 인지적인 과정일 뿐만 아니라 정서적인 과정임을 명시하는 것으로, 진로문제해결을 위해서 인지적 측면에 대한 지식과 이해 그리고 정보처리 능력을 향상시키는 것이 진로상담의 목표임을 강조하는 것이라 볼 수 있다.

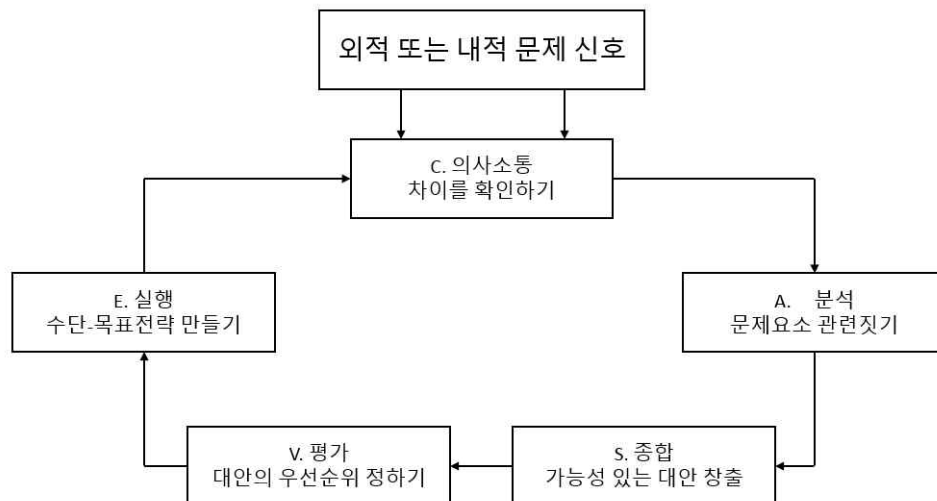
진로인지정보처리 모델은 피라미드 형태로 개념화 할 수 있다(이재창, 최인화, 박미진, 2003). 인지적 정보처리 피라미드는 총 3단으로 구성되어 있으며, 각각 지식 영역, 의사결정기술 영역, 실천 과정 영역으로 구분된다(Peterson, Sampson, & Reardon, 1991).



[그림 1] 인지적 정보처리 피라미드(Peterson et al., 1991)

정보처리 영역 피라미드는 [그림 1]에 제시되어 있다. 피라미드의 가장 하단에 위치하고 있는 지식영역은 진로정보처리영역 피라미드의 기본이 되는 부분으로 피라미드의 상위 영역인 의사결정기술 영역과 실천 과정 영역의 기초를 제공한다. 지식 영역은 자기지식(self-knowledge)과 직업 지식(occupational knowledge)으로 구성되어 있다. 자기지식은 특성요인 이론, Holland 이론 등에서 강조해 온 개인의 흥미, 가치, 성격, 특성 등에 대한 지식을 의미한다고 볼 수 있다. 자기정보는 과거 기억들에 의해

저장되는데, 개인이 경험하는 사건들에는 행위자, 행위, 감정, 대상, 결과 등이 포함되어 있다. 사람들은 자신의 기억에 저장되어 있는 과거의 사건과 현재의 사건에서 경험하는 감각을 매치시켜 어떤 사건에 대한 해석을 한다. 그러므로 자신에 대해 이해하기 위해서는 사건에 대해 해석하고 재구성해야 하는데, 재구성은 현재의 맥락에서 과거의 사건을 해석하는 것을 뜻한다. 이러한 과정은 자신에 대한 새로운 관점과 달라진 자아개념을 갖게 한다. 직업지식은 직업에 대한 지식과 직업세계에 대한 정보를 의미한다. 개인은 직접적인 경험이나 실제의 삶 또는 다른 사람들의 경험을 관찰하여 직업지식을 얻는다. 이렇게 획득한 직업지식을 통해 직업세계에 대한 도식을 형성하고, 이렇게 형성한 인지적 도식에 의해 새롭게 획득한 지식을 관련된 개념으로 구조화하고 조직화한다. 잘 형성된 도식은 개인이 정보에 압도될 때 느끼는 혼란을 감소시키는 기능을 한다.



[그림 2] CASVE 주기(Peterson et al., 1991)

피라미드의 두 번째 층인 의사결정기술 영역은 개인이 문제해결과 의사결정에 사용하는 일반적인 정보처리 기술을 포함한다. 진로와 관련된 합리적이고 효과적인 의사결정과정을 거칠 수 있는지에 대한 영역이다. 의사결정과정은 크게 5가지 단계로 구분되며, 여기에는 의사소통

(communication), 분석(analysis), 종합(synthesis), 평가(valuing), 실행(execution)이 해당한다. 진로인지정보처리 이론에서는 각 과정의 앞 글자를 따서 ‘CASVE 주기’로 지칭한다(그림 2). 피라미드 기저에 있는 두 지식영역으로부터 정보가 CASVE 주기를 통해 의사결정 기술영역으로 전환되고, 문제 인식에서 해결책의 수행까지 진행되게 된다. 구체적으로 의사소통 단계에서는 현재 상태와 바라는 상태 간 차이가 있다는 것을 자각하게 되고, 이러한 자각은 외적·내적 단서들로부터 야기된다. 외적 단서들은 의미 있는 사람들로 부터 발생하거나 긍정적·부정적 사건들을 통해 야기된다. 내적단서들은 부정적인 정서 인식, 회피 행동, 생리적인 변화를 포함한다. 이러한 과정에서 이전에는 그 존재를 부인해왔던 것을 인정하는 것과 같은 어떤 문제에 당면하게 되는데, 이러한 차이에 대한 자각이 증가되면 진로문제 해결과 의사결정을 자극하는 긴장이 생긴다. 분석단계에서는 자기지식과 직업지식을 검토하는 단계이다. 자신의 가치, 흥미, 기술, 선호하는 고용조건, 가정환경 등을 재검토하는 일과 더불어 이 단계에서는 새로운 직업지식을 학습하고 기존의 지식을 재검토하는 일이 이루어진다. 또한 개인은 자신의 의사결정 접근방법에 대해 생각해 보고 자신의 긍정적 또는 부정적 사고가 어떻게 의사결정에 영향을 주는 지 이해하게 된다. 종합단계는 고려하고 있는 대안들을 확장하고 축소시키는 단계이다. 이 과정에서 정보를 탐색하게 되고 분석된 내용을 보다 정교화하거나 구체화하게 된다. 정교화(확장)는 가능성 있는 해결책들을 가능한 많이 만들어내는 것을 뜻한다. 가능한 많은 대안을 생성하기 위해 자유롭게 발산적 사고를 하는 것을 말한다. 구체화(축소)는 정교화의 반대로 실질적인 사항을 고려하여 잠정적인 대안 몇 가지를 선택하는 것이다(Sampson et al., 2004). 개인의 흥미, 능력, 가치 또는 선호하는 근무조건 등에 맞지 않는 대안을 제거함으로써 대안 목록을 축소하는 수렴적 사고를 말한다. 평가단계는 대안들의 우선순위를 정하는 것이다. 잠정적인 대안들이 결정되거나 축소되면 그 중 가능성 있는 선택이 무엇인지 또는 무엇이 적절한 진로 방향인지 평가할 수 있게 된다. ‘지금 나에게 가장 현명한 선택은 무엇인가?’, ‘이 선택이 앞으로의 내 인생에 어떤 영

향을 줄 것이며, 나에게 중요한 사람들에게 어떤 영향을 미칠 것인가?’ 등의 질문을 통해 대안들을 평가하게 된다. 실행단계에서는 자신의 잠정적 선택을 실행하기 위한 계획을 구상하고 실천한다. 이 과정에서 개인들은 선택안을 수행해 보고 그것이 자신에게 맞는지를 살펴본다. 의사소통 단계에서부터 실행 단계까지 CASVE 주기를 거쳤음에도 계획을 진행하면서 문제 혹은 예상치 못한 결과를 맞닥뜨릴 수 있다. Sampson 등(2004)은 개인들이 우연(serendipity)이라고 말할 수 있는 예상치 못한 사건에 의해 CASVE 주기를 재순환시키게 된다고 한다. 그러므로 CASVE 주기는 순환적이다.

피라미드의 마지막 층인 초인지(meta cognition)는 실천 과정 영역으로, 자신의 의사결정을 스스로 조망하는 능력을 의미한다. 즉, 자신의 진로정보처리와 실행을 모니터링하고 감독하는 활동이 해당된다. 초인지 영역에서는 특히 중요한 세 가지 기술이 포함되는데, 자기대화(self-talk), 자기자각(self-awareness), 그리고 통제와 감독(control and monitoring)이다(Peterson, 1991). 자기대화는 개인이 스스로에게 주는 내적 메시지를 의미한다. 자기대화는 긍정적일 수도 있고 부정적일 수도 있다. 긍정적 자기대화는 다양한 진로문제를 해결하고 진로의사결정을 하도록 동기를 부여하면서 개인이 적절한 진로선택을 하도록 돕는 반면, 부정적 자기대화는 진로의사결정 과정을 방해한다. 부정적인 자기대화에는 “난 아무것도 할 줄 아는 게 없어.”, “아무도 날 고용하지 않을거야.”와 같은 내용이 해당된다. 자기자각은 자신이 무슨 일을 하는지 또 그것을 왜 하는지에 대한 인식을 의미한다. 자기자각이 있다는 것은 현재 상황에 대해 자신이 어떤 생각을 하는지, 어떻게 느끼는지, 자신의 선택에 관한 정보를 어떻게 분석하는지, 대안들을 어떻게 종합하는지, 대안의 우선순위를 어떻게 정하는지, 수행계획을 어떻게 실행하는지를 안다는 것으로 보다 효과적인 문제해결자가 될 수 있음을 의미한다. 통제와 감독은 자신이 문제해결 과정의 어디에 있는지를 점검할 수 있고 문제해결에서 요구되는 많은 정보와 관심을 통제하는 정도를 의미한다. 개인은 CASVE 주기를 통해 자신의 방식을 감독하고 각 단계에서 얼마의 시간

을 투입해야 할지를 통제할 수 있게 된다. 자신의 진로의사결정 기술을 감독하고 통제하는 데 실패하면 지나치게 많은 시간을 투자하거나 너무 적은 시간이 소요하게 된다. 예를 들어, 불안하거나 우유부단한 내담자는 자료수집에 너무 많은 시간을 보내지만 그 정보를 종합할 수 있을지에 대한 확신이 부족하기 때문에 진로결정을 미루게 되는 것이다. 효과적인 의사결정자가 되기 위해서는 초인지 영역의 기술을 잘 활용하는 능력을 배양해야 한다.

Sampson, Prterson, Lenz과 Reardon(1992)는 인지정보처리 접근과 인지치료의 이론적 개념을 토대로 진로의사결정과정에서 영향을 미치는 역기능적 인지를 역기능적 진로사고로 개념화하였다. 역기능적 진로사고(dysfunctional career thinking)는 진로문제해결과 진로의사결정과정을 더 어렵게 만드는 생각들로, 수행된 관련 연구에서 역기능적 진로사고는 내담자의 의사결정 회피, 미결정, 무력감과 우울, 흥미저하, 진로준비활동 방해 등을 야기한다(이재창, 최인화, 박미진, 2002; Corbishley & Yost, 1989; Sampson, Peterson, Lenz, Reardon, & Saunders, 1996). 또한 역기능적 진로사고는 정보처리과정에서 부정적인 정서를 야기할 뿐만 아니라 정확한 문제파악을 어렵게 만들어 필요한 진로관련 행동을 수행하기 어렵게 만든다. 즉, 역기능적 진로사고는 문제해결력에 영향을 주고, 이는 또 다시 역기능적 진로사고를 강화시킴으로써 순환과정을 만든다(Sampson et al., 1996a). 역기능적 진로사고는 내담자의 혼란과 진로문제를 만들고 이에 따른 부정적 정서를 야기하여 바람직한 진로의사결정을 방해한다고 볼 수 있다. 예컨대, 대학생들의 역기능적 진로사고가 진로선택 및 결정과정에서 부정적 정서를 경험하게 하고 진로탐색과 진로준비에 필요한 다양한 형태의 행동수행을 어렵게 하며 이후의 진로과정에서도 지속적인 문제를 야기할 가능성이 있다. 여러 연구에서 역기능적 진로사고가 우울, 완벽주의, 통합성(sense of coherence), 심리적 안녕감, 사고양식과 같은 다양한 변인 및 진로결정자기효능감, 진로정체감, 진로미결정과 같은 진로결정관련변인과 밀접한 관련이 있다고 밝히고 있다(고향자, 강혜원, 2003; 박미진, 최인화, 이재창, 2001; 신민숙, 2006; 이재

창, 최인화, 2006; 이재창, 최정인, 2006). 이처럼 역기능적 진로사고가 진로와 관련된 개인의 정서, 행동에 부정적 영향을 주기 때문에 역기능적 진로사고 관련변인을 탐구하여 역기능적 진로사고를 감소시킬 수 있는 방안을 모색할 필요성이 제기되고 있다(고향자, 강혜원, 2003; 최현영, 서영석, 2005).

또한 인지적 정보처리 접근을 진로에 적용한 연구들은 비합리적 신념, 역기능적 진로사고, 인지적 왜곡과 같은 인지적 측면뿐만 아니라 정보처리 기능이 실제 진로 의사결정에 미치는 영향에 대해 밝히고 있다(이형국, 2010). 진로정보처리 기능으로 진로 정보의 탐색, 수집, 결정의 각 단계에서 여러 정보들을 적절하게 처리하는 과정이 중요하다는 주장이다(조애리, 2012). 그러나 개인이 무한한 정보를 모두 탐색하는 것은 불가능하고 개인마다 정보처리 상황에서 정보나 자극을 달리 지각하고 해석하기 때문에 선택적으로 정보를 수집하게 된다. 따라서 진로정보처리 과정은 균형적이기 보다는 진로 결정자의 해석, 정보의 성격 등에 따라 그 선택과 처리가 달라진다(조민지, 2014 재인용). 정보 처리 과정에서 편향된 진로정보 수집이나 부정확한 기억에 의존하여 정보를 수집하게 될 경우 진로결정의 질이 심각하게 손상될 가능성이 있다(Kray & Galinsky, 2003). 즉 정보 습득과 주의, 기억에의 편향이 현실적인 대안사고 생성을 어렵게 하고(권석만, 유성진, 정지현, 2001), 이러한 편향의 반복으로 인한 인지적 처리의 자동화는 전반적인 정보처리에 심각한 문제를 야기할 수 있다(최문기, 2005). 따라서 진로 관련 정보에 대해 편향을 일으키는 요인을 확인하고, 이를 감소시킬 수 있는 상담적 개입이나 보호요인 등 그 방안을 제시할 필요성이 제기되고 있다(이아라, 2013). Young과 Chen(1999)은 개인의 인지는 진로발달과정에서 중요한 역할을 담당하기 때문에 역기능적 진로사고를 감소시키고 적절하고 건강한 진로사고를 갖도록 하는 것이 진로발달에 있어 중요함을 강조하였다. 이러한 중요성에도 불구하고 역기능적 진로사고에 영향을 미치는 변인들과 구체적 매커니즘에 대한 연구가 많지 않아 효과적인 개입이 제기되지 않고 있어 연구가 보다 필요한 실정이다.

2. 조절초점 이론

Higgins(1998)는 여러 유형의 자기 신념들 혹은 자기 상태의 표상들 간의 관계에 따라서 정서적 취약성이 초래된다고 가정한 자기차이이론(Self-discrepancy theory, 1987)을 확장하여 조절초점이론(Regulatory focus theory)을 제시하였다. 조절초점의 개념은 일반적으로 사람들은 고통 또는 위험을 회피하고 쾌락을 추구하려고 하는 동기를 가지고 있다는 쾌락주의 원칙에 근거를 두고 있다.

Higgins(1996, 1997, 2000)는 조절초점이론(Regulatory focus Theory)에서 목표를 달성하기 위해 인간이 자신의 행동을 조절하고 규제하는 동기 체계로서 조절초점이라는 개념을 제안하고, 이를 향상초점(promotion focus)과 예방초점(prevention focus)으로 구분했다. 각각의 조절체계에 따라 추구하는 목표의 성격과 목표를 달성하기 위한 접근전략 및 민감하게 반응하는 정서의 차원이 달라질 것으로 가정한다.

조절초점이론에 따르면 향상초점은 이상, 희망 등과 같은 욕구와 관련이 있고 예방초점은 의무, 책임 등과 관련이 있다. 향상초점의 개인은 자신이 바라는 결과를 얻는 것을 지향하기 때문에 그들의 목표는 성취, 진보, 열망이다. 그들은 위험을 감수하고자 하며, 긍정적 결과와 이익에 민감하다. 최대목표를 달성하기 위하여 기회를 다양하게 탐색하는 경향이 있고, 차선의 가능성을 고려하기 때문에 목표달성의 가능성을 높인다. 반면 예방초점 개인은 원치 않는 결과를 막는 것을 추구하기 때문에 현상을 유지하고자 하며, 부정적 결과와 손실에 민감하다. 잠재적인 실수를 피하기 위해 노력하기 때문에 보수적인 성향을 지니며, 그들의 목표는 안전과 의무, 책임이다. 어떠한 조절체계에 초점이 맞춰져있는가에 따라 목표를 달성하기 위해 사용하는 전략에도 차이가 나타난다. 향상초점은 성취, 향상, 증진, 열망 등에 민감하기 때문에 다소 위험을 감수하더라도 도전적인 자세로 목표에 접근하는 열망(eagerness)전략과 관련되지만, 예방초점은 위험이나 손실과 같이 원하지 않는 상태를 방지하기 위해 신중하게 발생 가능한 문제를 파악하고 회피하는 데 애쓰는 경계(vigilance)

전략과 관련된다. 조절초점과 선호전략은 동일한 상황에서도 개인에 따라 차이가 나타난다는 점에서 개인의 성향적인 특성으로 분류되기도 한다(Carver, Sutton, & Scheier, 2000). 조절초점은 성향적인 개인차로 측정되거나 일시적인 상황에 의해 점화될 수 있다. 특히 조절초점 관련 초기연구는 기질적(chronic) 성향보다는 정보처리자가 처한 상황 및 대상에 따라서도 달라지고 있는 데에 그 초점을 맞추었다(나준희, 최지호, 2005). 즉, 조절적 동기는 정보처리를 하는 사람의 본래적 성향에 따라 명확히 구별되는 것뿐만 아니라 제시되는 정보처리 맥락에 따라 정보처리하는 사람의 주의 및 기준이 어느 동기에 집중되었느냐에 따라서도 결정된다고 보았다(Crowe & Higgins, 1997; Hur, Pennington, 1999; Shah & Higgins, 1997). Seta, McElroy 그리고 Seta(2001)의 연구는 사람들의 성향과 행동 또는 무행동의 선호에 대해서 연구하였다. 연구 결과, 위험을 추구하는 사람들은 무행동(inaction)보다는 행동(action)을 더욱 선호하는 반면에 위험을 회피하는 사람들은 행동보다는 무행동을 더욱 선호하는 것으로 나타났다. 그리고 이에 대한 매개분석 결과 사람들의 행동 또는 무행동에 대한 선호는 자신의 조절초점과의 일치성(consistency)이 영향을 미치는 것으로 나타났다. Camacho, Higgins, Luger(2003)의 연구는 조절초점이 행동 또는 무행동에 미치는 영향에 대해서 살펴보았고 그 결과, 향상초점 지향인 사람들은 무행동에 대해서 더욱 큰 죄책감(guilt)을 느낀 반면에 예방초점 지향인 사람들은 행동에 대해서 더욱 큰 죄책감을 느꼈다. 즉, 향상초점은 행동과 적합성이 높은 반면에 예방초점은 무행동과 적합성이 높았다.

조절초점에 따른 차이는 추구하는 목표의 성격이나 선호전략 뿐만 아니라 주로 민감하게 지각하는 정서의 차원과 그 강도에도 나타난다. 향상초점과 예방초점은 각각 ‘즐거움-낙담정서’와 ‘안도감-불안정서’와 밀접하게 관련된다(Higgins, Shah, Friedman, 1997). 목표상태가 달성될 경우 향상초점은 즐거움의 정서를 예방초점은 안도감의 정서를 지각한다. 반대로 목표를 달성하지 못한 상태에는 향상초점은 낙담을, 예방초점은 불안을 지각할 것으로 가정한다. 이처럼 조절초점에 따른 정서차원의 지

각은 성향적인 조절초점뿐만 아니라 상황적으로 유도된 조절초점에서도 나타날 가능성도 존재한다. 이와 같은 조절초점은 개인적 성향적 특징으로 나타나기도 하지만 목표를 제시하는 방식이나 목표달성결과에 따른 정서 상태를 통해 유도되기도 한다(천석준, 이기학, 2008). Higgins, Shah 그리고 Friedman(1997)의 상관연구에서 향상초점 지향이 강한 사람일수록 자신이 성공하여 향상되고 있다고 평가하면 강한 활기정서를 경험했고, 향상되고 있지 못할 때 강한 낙담정서를 경험했다. 그리고 예방초점 지향이 강한 사람일수록 자신이 성공한 상태가 유지되고 있을 때는 안심정서를 강하게 경험했고, 유지되고 있지 못하면 초조정서를 강하게 경험했다. 연구자들은 이 결과를 만성적으로 강한 향상초점이나 예방초점이 즐거움과 고통스러운 정서에서 다른 종류의 정서를 경험하도록 하며 정서의 강도도 조절한다고 해석하였다. 그리고 조절초점의 강도를 실험으로 조작한 경우에도 비슷한 결과를 얻을 수 있다고 예상하였다. 이처럼 조절초점에 따른 정서차원의 지각은 성향적인 조절초점 뿐만 아니라 상황적으로 유도된 조절초점에서도 나타난다. 그리고 개인의 성향적 조절초점과 상황적 조절초점이 일치할수록, 해당 조절초점과 관련된 목표에 대한 동기수준과 정서지각의 크기가 향상될 것으로 가정한다(Camacho, Higgins, & Luger, 2003).

의사결정과정에서 개인이 갖고 있는 동기체계(향상초점, 예방초점)와 선호전략(열망전략, 경계전략)이 일치할 때 그 결합을 조절적합성(regulatory fit)이라 하고, 이 조절적합성이 의사결정 결과물에 대한 가치 지각에 영향을 미친다는 것이 조절초점이론에서 제시하는 ‘조절적합성 효과’이다. 의사결정 결과물에 대한 가치 지각은 단지 그 결과물 자체에서만 비롯되는 것이 아니라 그 의사결정 과정에서 사용된 수단에 의해서도 결정된다는 조절일치 효과의 증거들이 사회심리학 분야에서 양산되고 있다(류강석, 박종철, 권성우, 2006; 송환웅, 여준상, 2011; 최진명, 2011; 허종호, 2007). Higgins, Idson, Freitas, Spiegel, Molden(2003)은 조절일치 효과를 실험적으로 검증하고자 하였는데, 실험 참여자들에게 참여의 대가로 일회용 펜과 머그컵 중 하나를 선택할 수 있는 기회를 준 뒤,

선택 결과물에 대해서 지각한 금전적 가치를 참가자들에게 물었다. 그 결과, 모든 참가자들은 예상대로 머그컵을 선택하였지만 그것에 대한 가치 지각은 조절초점-조절전략 일치 여부에 따라 달라짐이 확인되었다. 선택 과정에서 참여자의 조절초점 성향과 일치하는 메시지에 노출된 집단이 그렇지 않은 집단에 비해서 해당 머그컵에 대한 지불의사금액을 높게 책정한 것이다. Wang & Lee(2006)는 자신이 선택한 전략 또는 자신이 검토한 전략이 본인의 조절초점과 일치할 때 그들의 목표에 대한 긍정적인 태도가 더욱 개발될 것이라 제안하였다. 추가적으로 이러한 조절초점-조절전략 일치를 통하여 긍정적 감정을 경험하게 되며, 이는 행동을 보다 강화시키는 형태로 나타나게 된다는 것이다(Hong, Lee, 2007; Lee, Keller, Sternthal, 2009). 이와 같은 방식으로 조절적합성 효과는 수많은 연구들에 의해 지지되었다. Cesario, Grant & Higgins(2004)의 연구는 조절초점과 정보제시 유형과의 적합성(fit)이 설득에 미치는 영향을 보여주고 있다. 다이어트와 관련된 이들의 실험에서 향상초점 지향의 사람들의 경우, 채식을 하지 않았을 때 발생하는 부정적 손실과 관련된 메시지에 비해 채식을 했을 때 얻게 되는 긍정적 효익과 관련된 메시지에 노출되었을 때 채식에 대해서 더욱 설득적이었다. 그렇지만 예방동기를 가진 사람들의 경우에는 이와 반대로 나타났다. 또한 Freitas & Higgins(2002)의 연구에서 사람들은 조절초점에 따라 적합성 높은 행동을 선호하는 것으로 나타났다. 즉, 향상초점 지향의 사람들은 목표달성을 위해 열망수단을 선호하는 반면에 예방초점 지향의 사람들은 목표달성을 위해 주의해야 하는 경계수단을 선호하는 것으로 나타났다.

조절초점이론은 인간이 자신의 목표를 달성하기 위해서 서로 다른 자기조절시스템이 작동한다는 주장한다. 그리고 각자의 자기조절시스템이 작동하는 목적추구 상황에서는 그 최초의 자기조절 동기가 변함없이 유지되는 것이 조절적합성 효과를 발생시키는 조건이 된다고 주장한다. 보다 구체적으로 말하자면, 이득(gain)과 같은 긍정적 결과를 추구하는 심리적 상태에서는 향상초점 지향의 자기조절시스템이 작동하기 때문에 이 경우의 의사결정과정에서는 긍정적 결과의 존재 여부에 관한 생각을 활

성화시키는 열망수단의 사용이 그 목적지향에 유리하다고 한다. 반면 손실회피(non-loss)와 같은 부정적 결과의 부재를 추구하는 심리적 상태에서는 예방초점 지향의 자기조절시스템이 작동하기 때문에 이 경우에는 의사결정과정 동안 부정적 결과의 존재 여부에 관한 생각을 활성화시키는 경계수단이 그 목적지향 유지에 유리하다고 한다. 예컨대 의사결정과정에서 개인이 갖고 있는 목적지향(향상초점, 예방초점)과 그 목적지향 유지에 유리한 전략(열망전략, 경계전략)이 사용되었을 때 그 결합을 조절일치라 부르며, 이 조절일치 여부가 의사결정 결과물에 대한 가치 지각에 영향을 미친다는 것이 조절초점이론에서 제시하는 조절적합성의 주된 내용이다. 조절적합성 효과의 대표적인 예로는 의사결정과정에서 관련도 증가(Lee, Keller, and Sternthal, 2009), 목적 추구 행위에 대한 흥미 유발(Higgins, Cesario, Hagiwara, Spiegel, and Pittman, 2010), 의사결정 결과물에 대한 높은 가치 지각(Cesario, Grant, and Higgins, 2004; Freitas and Higgins, 2002) 등이 있다. Higgins(1997, 2002)는 이와 같은 조절초점 적합성 효과의 이유를 의사결정과정에서 경험할 수 있는 ‘올바른 느낌(feeling right)’이란 메타인지에서 찾고 있다. 조절초점 일치가 발생했을 때 사람들은 지금 자기가 하고 있는 일(예, 의사결정과정 또는 목적추구행동)이 보다 옳고 바람직하다는 느낌을 경험한다는 것이다. 이와 관련하여, Keller(2006)는 자기/반응 효능감 변수를 사용하여 조절초점이 어떻게 자기/반응 효능감의 가중치를 결정하는지를 조사하였다. 그 결과 향상초점은 새로운 행동을 행하는 것이 얼마나 쉬운지에 따르기 때문에, 자기효능감과 연결될 때 적합도가 높았고, 행동의도를 결정할 때 자기효능감을 제시한 광고에 더 가중치를 주었다. 하지만 예방초점은 그 행동이 효과적인지를 강조하는 반응효능감과 연결될 때 적합도가 더 높았다. 또 행동의도를 결정할 때에 반응효능감을 사용한 광고에 더 가중치를 부여하였다. 설득효과는 조절초점이 효능감과 적합할 때 더 큰 것으로 관찰되었고, 이러한 발견은 조절적합성이 소비자의 판단에 영향을 줄 수 있다고 지적한다. 한편 소비자의 판단에서 메시지의 프레임의 효과를 조절할 수 있다는 연구결과들이 있다. Jain, Lindsey,

Agrawal, Maheswaran(2007)는 비교광고 맥락에서 조절초점과 메시지 프레임의 효과를 알아보았는데, 향상초점의 사람은 이득에 의해서 설득되고 따라서 긍정적 프레임이 더 호의적인 광고태도를 이끌어낸다는 것을 보였다. 반면 예방초점의 사람은 손실에 의해 설득되고, 부정적 프레임 광고가 더 설득적이었다.

조절초점 연구는 개인의 성향적 조절초점(chronic Regulatory Focus)과 일시적 조절초점(temporary Regulatory Focus)의 두 가지 방법으로 접근할 수 있다. 개인적 성향으로서의 연구는 Higgins et al.(2001)의 RFT(Regulatory focus questionnaires)나 Lockwood, Jordan & Kunda(2002)의 조절초점척도 등 연구자들에 의해 개발된 측정문항을 통해 측정될 수 있다. 상황적 점화는 메시지 프레임 조작, 시나리오 기법, 역할모델 지시문, 문장기술법, 단어 채우기 등의 방법으로 일시적으로 갖게 되는 조절초점을 의미하며, 최근에 조절적합성을 검증하는 연구에 주로 이용되고 있다(Boesen-Mariani, Gomez & Gavard-Perret, 2010). 초기 연구들에서는 개인적 성향으로서의 조절초점과 종속변수와의 관계를 살펴보는 연구들이 많았으나 최근에는 상황적 점화를 통한 조절적합성을 검증하는 연구들이 많이 이루어지고 있는 추세이다(나준희, 최지호, 2005).

이에 본 연구는 진로의사결정 과정에서 상황적 점화를 통한 조절초점-조절전략 일치 여부가 진로 선택에 대한 가치 판단에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 왜냐하면 진로의사결정 과정에는 개인의 특성뿐만 아니라 환경 변인이 영향을 미치기 때문이다. Hackett과 Betz(1981)의 사회인지진로이론에 따르면, 진로발달 및 진로결정은 개인의 타고난 성향에 더하여 환경과의 상호작용의 결과이므로 현실 상황에 더욱 적합하게 상황적으로 점화된 조절초점 성향과 조절전략의 일치/상충에 따라 자신의 진로 결정에 대한 가치판단이 어떻게 달라지는지 확인하고자 한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구 참여자

본 연구의 실험 참여 대상자를 모집하기 위해서 서울 소재의 S대학 게시판에 통해 연구 참여자 모집 공고를 하였다(부록1). 연구 대상은 실험자극에 대한 실험 참여자들의 몰입을 높이기 위해 진로결정 시기가 다가오는 3학년 이상의 학부생으로 하였다. 공고를 통해 자발적인 참여의사를 밝힌 138명의 대학생이 실험에 참가하였고, 이 중에서 특성불안(STAXI) 및 우울(BDI) 추정 점수를 고려했을 때 불안 및 우울감이 높다고 판단한 15명과 실험 몰입이 어려웠다고 보고한 3명 등 총 18명의 자료를 분석에서 제외한 120명의 자료가 분석되었다. 참여자의 성별은 남성 38명(31.7%), 여성 82명(68.3%)이고, 평균 나이는 22.7세($SD=1.75$)였다. 연구 대상자들의 구체적인 분포는 <표 1>과 같다.

<표 1> 실험 참여자들의 인구학적 특성

구분	성별		학년			전공			
	남	여	3년	4년	사범대	인문·사회 /상경대	자연 /공대	생활대	예술대 /기타
N	38	82	46	74	16	37	40	12	15
비율(%)	32	68	38	62	13	31	33	10	13

<표 2> 집단 조건별 참여자 특성

집단조건	향상초점		예방초점		전체
	열망전략	경계전략	열망전략	경계전략	
N	30	30	30	30	120
비율(%)	25	25	25	25	100
평균연령(SD)	22.7(1.45)	22.4(1.74)	23.4(2.21)	22.2(1.35)	22.7(1.75)

2. 연구 설계 개요

본 연구의 목적은 한국 대학생의 진로 의사결정 과정에서 조절초점(향상초점, 예방초점)과 조절전략(열망전략, 경계전략) 간의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)이 진로 선택 이후의 정서적, 인지적 반응에 미치는 영향을 알아보는 것이다. 이를 위하여 <표 3>과 같이 2×2 실험 설계를 하였다.

<표 3> 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 2x2 실험 설계

조절초점	조절전략	조절초점-조절전략 일치 여부	Group
향상초점	열망전략	일치(Fit)	1-1
	경계전략	상충(Non-Fit)	1-2
예방초점	열망전략	상충(Non-Fit)	2-1
	경계전략	일치(Fit)	2-2

실험 설계는 현상의 인과관계를 설명하기에 적합하며, 그 과정에서 다른 대안가설이나 적대가설의 가능성을 배제할 수 있다는 장점을 가진다(김계현, 2000). 본 연구의 실험 설계를 간략하게 개관하면 다음과 같다(표 4).

첫째, 실험 참여자들은 무작위로 4개의 집단 중 하나에 할당되었고, 모든 실험 참여자들을 대상으로 종속변수에 영향을 줄 수 있으리라 예상되는 변인인 특성불안, 우울, 작업기억량을 측정하였다. 또한 조절초점 활성화 조작을 점검하기 위하여 사전에 정서 반응을 측정하였다.

둘째, 실험 참여자에게 향상초점 또는 조절초점을 유도하기 위하여 조절초점 활성화 자극을 제시하였다. 향상초점을 유도하기 위해서 이득 획득 조건의 게임과 긍정 시나리오 자극을 제시하였고 예방초점을 유도하기 위해서 손실 회피 조건의 게임과 부정 시나리오 자극을 제시하였다.

셋째, 조절초점 활성화 조작이 잘 이루어졌는지 확인하기 위하여 조작 직후에 정서 반응을 측정하였다.

넷째, 조절초점과 조절전략의 일치 또는 상충을 조작하기 위하여 열망전략과 경계전략 글쓰기 과제를 실시하였다. 열망전략 글쓰기는 원하는

결과를 얻기위해 필요한 도전에 대해서 적는 것이고, 경계전략 글쓰기는 원치 않는 결과를 피하기 위해 필요한 대비사항에 대해서 적는 것이다. 이를 통해 조절초점-조절전략 일치(향상초점-열망전략, 예방초점-경계전략)와 상충(향상초점-경계전략, 예방초점-열망전략)을 조작하였다.

다섯째, 모든 실험 참여자들은 직업선택 과제 수행을 통해 본인이 선택한 최선호, 차선호, 포기 등 3개 분류에 속하는 직업 각 1개 중에서 최종적으로 단 하나의 진로를 선택하는 과제를 수행하였다.

여섯째, 최종 직업 선택 후의 정서적, 인지적 반응을 측정하였다.

<표 4> 실험 연구 설계 개요

관찰1	조작1	관찰2	조작2	조작3	관찰3
사전조사	조절초점 조작	중간조사	조절전략 조작	최종 직업선택	사후조사
1) 기저선 검사(온라인) •STAI-KYZ(특성불안) •K-BDI(우울) 2) 1차_진로선택과제(온라인) •진로 3개 선택 •직장 9개 선택 3) 1차_정서반응(오프라인) •SAM(호감도/각성도/통제감) •PANAS(정적정서/부적정서) 4) 작업기억량 측정(오프라인) •기억폭 단어 과제 5) 2차_진로선택과제(오프라인) •9개 직장 중, 보다 선호하는 직장 4개 선택(차선택) •4개 직장 중, 보다 선호하는 직장 2개 선택(최선택)	Group1 <향상초점> •이득획득 게임 •긍정 시나리오	2차_정서반응 •SAM •PANAS	Group1-1 <열망전략> •도전 글쓰기 Group1-2 <경계전략> •회피 글쓰기	3차_직업선택과제 최선택, 차선택, 포기 직장 중, 최종 1개 선택	1) 3차_정서반응 •SAM •PANAS 2) 정서반응(사후) •MAACL(불안/우울/적의) 3) 인지반응(사후) •확신도, 올바른 •정서 스트룹 과제 •자유기억회상 과제
	Group2 <예방초점> •손실회피 게임 •부정 시나리오	2차_정서반응 •SAM •PANAS	Group2-1 <열망전략> •도전 글쓰기 Group2-2 <경계전략> •회피 글쓰기	3차_직업선택과제 최선택, 차선택, 포기 직장 중, 최종 1개 선택	

3. 연구도구

본 연구에서 사용한 연구 도구를 다음과 같다. 집단 간 사전 동질성 여부를 확인하기 위한 측정도구로는 STAI-KYZ(특성불안), BDI(우울), SAM(호감도, 각성도, 통제감), PANAS(정적정서, 부정적정서), 조작폭단어 과제를 사용하였다. 그리고 조절초점 활성화 조작 여부를 확인하기 위하여 SAM(호감도, 각성도, 통제감), PANAS(정적정서, 부정적정서)를 사용하였다. 마지막으로 조절적합성 조작 여부에 따라 변화가 있을 것으로 예상되는 정서적 변화를 확인하기 위해 SAM(호감도, 각성도, 통제감), PANAS(정적정서, 부정적정서)와 MAACL(우울, 불안, 적의)를 사용하였고, 인지적 변화를 확인하기 위해 직업 선택에 대한 확신도, 올바른 정도를 묻는 질문 각 1문항, 주의편향과 기억량을 확인하기 위해 정서 스트룹 과제와 자유회상기억 질문지를 활용하였다.

1) 한국판 특성불안척도(STAI-KYZ)

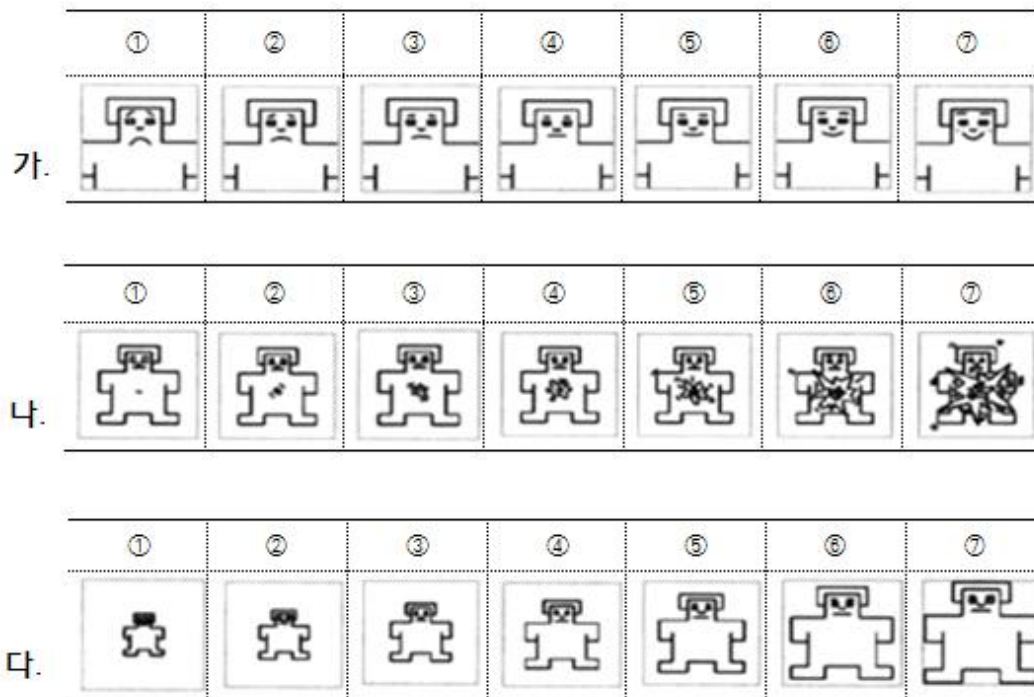
진로 선택에 대한 정서적, 인지적 반응에 영향을 줄 것으로 예상되는 특성 불안 수준이 사전에 집단 간 차이가 있는지 확인하고자 특성불안척도(State Trait Anxiety Inventory)를 사용하였다. 특성불안은 ‘스트레스를 경험하는 상황을 위협하다고 지각하거나, 스트레스 상황에서 높은 강도로 반응하는 경향성의 개인차(Spielberger, 1983; 한덕웅, 이장호, 전검구, 1996; 이아라, 2013 재인용)’를 뜻한다. 본 연구에서는 Spielberger(1983)가 개발한 상태-특성 불안검사 Y형(State-TraitAnxiety Inventory-Y: STAI-Y)을 한덕웅, 이장호, 전검구(1996)이 한국판으로 표준화한 KYZ형(State Trait Anxiety Inventory-Korean YZ: STAI-KYZ)을 사용하였다. 이 척도에서 불안은 상태불안과 특성불안으로 나누었는데, 본 연구에서는 특성불안을 측정하는 20문항만을 사용하였다. 점수가 높을수록 특성불안 정도가 높은 것으로 해석하였다. 표준화 과정에서 보고된 특성불안 검사의 신뢰도는 Cronbach's α 값이 .90이었으며, 본 연구에서는 .94이었다.

2) 한국판 Beck 우울증 척도(K-BDI)

종속변인에 영향을 미칠 수 있는 우울 정도가 사전에 집단 간 차이가 있는지 알아보기 위해 한국판 Beck 우울증 척도(Korean version of the Beck Depression Inventory: K-BDI)를 사용하였다. 총 문항 수는 21개, 각 문항마다 0~3점으로 구성되어있으며, 총점이 높을수록 우울정도가 심한 것으로 해석하였다. 남녀 전체로 봤을 때는 24점 이상이 우울상태를 의미한다. Beck 우울척도(1978, 1979)를 변안하여 타당화한 이민규 외(1995b)의 연구에서 보고된 신뢰도는 Cronbach's α 값이 .85이며 타당도는 0.80~0.90으로 나타났으며 본 연구에서 Cronbach's α 값은 .89이었다.

3) 자기평가 마네킹(SAM)

본 연구에서는 조절초점 활성화 조작 점검과 최종 직업 선택 과제 수행 후 정서적 변화를 확인하기 위하여 자기평가 마네킹 척도(Self-Assessment Manikin: SAM)를 사용하였다. 자기평가 마네킹 척도는 Bradly, Lang(1994)이 7점 척도로 개발하였는데, 본 연구는 김민우, 최준식, 조양석(2011)이 7점 척도로 수정한 척도를 활용하였다. 김민우, 최준식, 조양석(2011)의 연구에서는 이 척도의 세 가지 하위 차원을 호감도(pleasure), 각성도(arousal), 통제감(dominance)으로 명명하였다. 호감도는 자극의 긍정성 혹은 부정성을 파악하는 정도, 각성도는 자극이 유발하는 신체 활성화 정도, 통제감은 자극과의 관계에서 느껴지는 영향력이나 주도감 정도를 나타낸다. [그림 3]에서 가)는 호감도(부정-긍정), 나)는 각성도, 다)는 통제감을 측정한다.



[그림 3] SAM(Self-Assessment Manikin: 김민우 등, 2011에서 사용)

4) 한국판 정적 정서 및 부정적정서 척도(PANAS)

조절초점 활성화 조작 점검과 최종 직업 선택 과제 수행 후 정서적 변화를 확인하기 위하여 한국판 정적 정서 및 부정적정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule: PANAS)를 사용하였다. PANAS 척도는 Watson 등(1998)이 개발하였고, 국내에서는 이현희, 김은정, 이민규(2003)가 타당화하였다. 박홍석, 이정미(2016)는 기존의 문항 중 ‘고무되었다(Inspired)’가 부정적정서와 정적정서 2개 요인에 교차부하량을 나타내는 것을 근거로 그 적절성에 의문을 제기하였고, ‘고무되다’라는 표현이 요즘 대학생들에게 생소한 한자어라는 판단 하에 ‘영감을 받았다’로 수정하였다. 수정한 문항으로 탐색적 요인분석을 실시한 결과 교차부하 없이 정적정서와 부정적정서 2개 요인으로 추출되었다. 본 연구에서는 박홍석, 이정미(2016)가 재타당화한 척도를 사용하였다.

Watson, Clark 그리고 Tellegen(1988)에 의하면, 정적정서(positive affect)는 기쁨이나 즐거움, 만족, 행복과 같은 정서를 말하며, 부정적정서(negative affect)는 분노, 두려움, 슬픔, 죄책감, 혐오와 같은 정서를 말한다. 정적정서가 높을수록 에너지가 높고, 완전한 집중을 이루는 등의 상태를 의미하고 부정적정서가 낮을수록 차분하고 평온한 상태를 뜻한다(박홍석, 이정미, 2016).

이 척도는 정적 정서를 측정하는 10문항, 부정 정서를 측정하는 10문항의 총 20문항으로 구성되어 있다. 박홍석, 이정미(2016) 연구에서의 20개 문항 전체의 내적합치도(Cronbach's α)는 .81, 하위요인인 정적정서는 .86, 부정적정서는 .83으로 나타났고, 준거척도들과 비교 분석한 결과 타당도가 높은 것으로 밝혀졌다. 본 연구의 사전조사에서는 문항 전체의 Cronbach's α 값이 .82, 하위요인인 정적정서는 .86, 부정적정서는 .91로 나타났다.

5) 조작 단어 폭 과제(Operation-word span task)

조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 정보 기억량을 측정하기 전에, 작업기억용량에 대한 집단 간 사전동질성을 확인하기 위해 조작단어폭 과제(Operation-word span task)를 실시하였다. 조작단어폭 과제는 실험 참여자들에게 수식을 소리내어 읽게 한 후 수식의 답이 맞는지 틀린지 응답하게 한 다음에 중립적인 뜻의 단어를 외우게 하는 것이다. 예를 들어, $6 \div 2 + 1 = 4$ 를 제시하고 '4'가 정답인지 아닌지 응답하게 한 후, 수식 옆에 제시된 "계산하다."와 같은 중립적 단어를 암기하게 하는 것이다. 본 연구는 실험 참여자들에게 총 7개의 문제를 제시하고 암기한 단어를 응답지에 적게끔 하였다. 이는 Turner와 Engle(1989)에 의해 개발되었는데, 과제의 시행수는 2회에서 6회까지 점차적으로 증가하여 총 60개의 단어를 기억하도록 하고, 기억하는 단어의 개수를 작업기억 용량으로 해석한다고 하였다. 본 연구에서는 작업기억의 정도를 측정하되 실험 시간을 고려하여 보다 간단한 방식으로 활용하였다. 박희경과 박미자, 이정모(2001), 이아라(2013), 박민지(2017)가 7개의 문장을 사용하여 연구 대상

자의 작업기억 용량을 측정한 것과 동일한 방식으로 실시하였고, 수식 정답 개수와 단어 회상 개수를 단어 폭 점수로 계산하였다. 수식 옆에 제시되는 단어는 하승연(2010)이 개발한 조작 단어 폭 과제(중립단어(계산하다, 거행하다, 기억하다, 수출하다, 논의하다, 지급하다, 배정하다)를 사용하였다.

6) 다차원적 정서 형용사 척도(MAACL)

조절초점-조절전략 일치 여부를 조작한 후의 정서 반응을 측정하기 위하여 Zukerman, Lubin(1965)이 개발한 다차원적 정서형용사 체크리스트(Multiple Affect Adjective Check List: MAACL)를 이영호(1980)이 번안한 것을 사용하였다. MAACL(Multiple Affect Adjective Check List)은 불안(anxiety)을 묘사하는 형용사 10개, 우울(depression)을 묘사하는 형용사 24개, 적의(hostility)를 묘사하는 형용사 10개로 구성되어 있다. 원 척도는 본인의 정서 상태와 일치한다고 생각하는 단어를 고르는 방식이었으나 본 연구에서는 정서 변화의 정도를 확인하기 위하여 신선임(2013), 박민지(2017) 연구에서 활용한 8점 Likert 척도 방식을 사용하였다. 각각의 형용사가 나타내는 감정이 현재 자신과 얼마나 일치하는지의 정도를 0(전혀 그렇지 않다.)~8(매우 그렇다)의 점수로 표시하도록 하였고, 부정적 정서 형용사 점수와 역채점한 긍정적 형용사의 점수를 합산하는 방식으로 계산하였다. 점수가 높을수록 불안, 우울, 적의가 높음을 의미한다.

7) 선택에 대한 확신도, 올바른 문항

본 연구는 실험 참여자들이 최종 직업을 선택한 후 자신의 결정에 대한 확신도와 올바른 정도를 확인하기 위하여 Freitas and Higgins(2002)가 사용한 문항을 번역하여 사용하였다. Freitas and Higgins(2002)는 조절초점-조절전략이 일치하면 자신의 결정이 옳고 바람직하다

는 느낌(feel right)을 가지게 된다는 조절적합성 효과를 실험적으로 밝히고자 하였다. 이들은 피험자들에게 선택에 대한 확신도 정도를 확인하고자 자신의 선택에 얼마나 확신하는지를 1문항으로 묻고 7점 척도로 응답하도록 하였다. 본 연구에서는 “만약 직업 선택 기회가 다시 주어진다면, 선택을 바꾸시겠습니까? 바꾸고 싶지 않은 정도를 확신도라고 보았을 때, 방금 전 자신의 직업 선택을 얼마만큼 확신하십니까?”에 대한 질문에 7점 척도로 응답하도록 하였다.

또한 자신의 선택에 대한 올바른 정도를 확인하기 위하여 Cesario et al(2004)가 사용한 문항을 사용하였다. 이들은 자신의 목표추구 행동이 얼마나 바람직하다고 느끼는지를 1문항으로 묻고 6점 척도로 응답하도록 하였다. 본 연구에서는 “앞선 자신의 직업 선택이 얼마만큼 잘한 결정이라고 생각하십니까?”에 대한 질문에 7점 척도로 응답하도록 하였다.

8) 정서 스트룹 과제

본 연구는 실험 참여자들의 직업 선택 후 인지 반응을 확인하는 방법으로 정서 스트룹 과제(emotional stroop task)를 실시하였다. 정서 스트룹 과제는 단어의 의미에 얼마나 주의를 기울이는지 측정하고자 하는 목적으로 사용하였다. 정서 스트룹 과제(emotional stroop task)는 주의편향 효과를 연구하는 데 많이 사용되어 왔다(Wells & Matthews, 1994; 이아라, 2013 재인용). 왜냐하면 이 과제는 제시된 단어의 의미가 아닌 단어의 색깔을 명명하라고 요구하는데, 정보처리 과정에서 단어의 의미가 먼저 인식되기 때문에 이러한 의미의 자율적인 처리가 단어의 색깔을 명명하는 처리를 방해하는 색채 명명 간섭효과를 가진다는 것을 가정한다(이훈진, 2000). 따라서 실험 대상자가 제시 단어의 색깔을 명명하는 반응시간은 이러한 간섭효과에 얼마나 영향을 받았는지를 의미하는 것으로 곧 선택적 주의편향으로 해석 가능하며, 색깔 반응 속도가 느리다는 의미는 불수의적으로 더 많은 양의 주의 자원이 배분되고 처리된다는 것으로 이해된다(최문기, 2005).

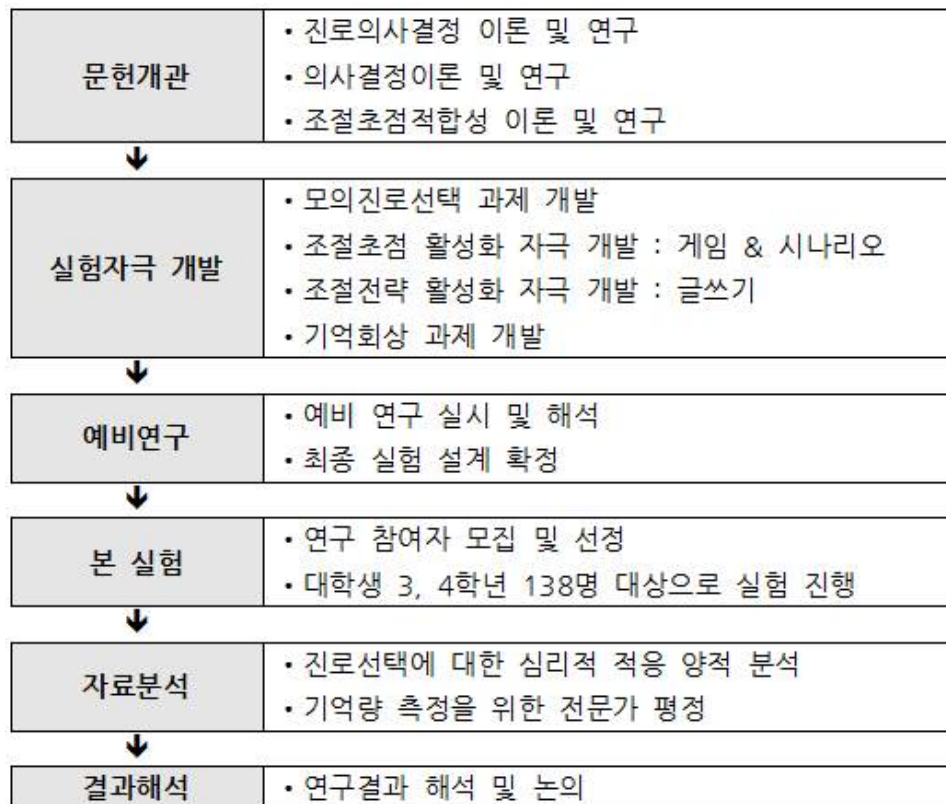
본 연구에서는 이아라(2013)이 개발한 정서 스트룹 과제를 사용하였다. 총 8개의 단어(실패, 탈락, 무시, 비참, 무능, 비난, 초라, 좌절)와 5개의 색깔(빨강, 파랑, 보라, 초록, 검정)을 무선적으로 조합하여 제시하였다. 단어가 제시되기 전에 실험 참여자들은 컴퓨터 화면을 통해 “단어의 의미가 아닌 단어의 색깔을 가능하면 빨리 소리내어 말해주세요.”라는 안내를 받았고, 한 줄에 총 8개의 단어가 적힌 두 줄의 예시를 먼저 연습해 보았다. 예시에 사용한 단어는 토끼, 거북이, 치타 등의 동물 이름을 제시하였다. 연습 후 실험 참여자들에게 8개의 단어를 각각 5번씩 제시하여 총 40회 응답하도록 하였다. 스트룹 단어 제시 방법은 하승연(2010)이 제시했던 방법을 그대로 활용하였다. 한 줄에 8개의 단어씩 총 5줄을 한꺼번에 제시하였다. 실험 참여자의 응답은 컴퓨터 내장 마이크를 통해 녹음되었고, 녹음된 음성 파일은 음성분석기 프라트(praat) 프로그램을 통해 총 응답 시간이 분석되었다.

9) 자유회상검사

조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 기억량을 비교하기 위해서, 본 연구에서는 모의진로탐색 상황에서 선택한 선택의 취업후기 내용을 자유회상 검사 자극으로 사용하였다. 실험 참여자들은 최종 직업 선택 후 앞서 읽은 취업후기 내용 중 기억나는 정보를 시간의 제한 없이 가능하면 문장으로 정확하게 적도록 안내받았다. 이는 기억을 측정하는 방법 중 자유회상(free recall) 방법을 사용하여 외현적 기억을 측정하는 방법으로 이아라(2013)가 사용한 방법과 동일하게 적용하였다. 실험 참여자들이 자유회상 질문지에 응답한 정보의 수를 측정하는 데 있어 정확성을 확보하기 위해 연구자를 제외한 상담 전공 박사 4인의 평정을 거쳤다. 취업 후기 내용을 의미 단위로 분리하여 번호를 매긴 후 응답자가 작성한 문장 중에 취업 후기 내용 중 몇 개의 의미 단위가 포함되어 있는지를 평정하였다.

4. 연구절차

1) 연구절차 개관



[그림 4] 연구절차

본 연구의 연구절차 개요는 다음과 같다. 먼저, 2가지 동기체계인 향상 초점(promotion focus)과 예방초점(prevention focus)을 활성화시키기 위한 시나리오를 개발하였다. 시나리오 개발을 위하여 조절초점이론을 적용하여 실험연구를 실시한 선행연구들을 개관하여 Lockwood, Jordan, Kunda(2002)의 연구에서 활용한 시나리오를 바탕으로 본 연구의 설계에 맞게 연구자가 수정하였다. 수정한 시나리오는 대학상담센터에서 상담원으로 근무하는 상담 전공 석·박사들의 평정 작업과 설문 작업을 통해 수정·보완되었다. 다음으로 각각의 조절 동기체계에 따라 추구하는 2가지

접근전략인 열망전략(eagerness means)과 경계전략(vigilance means)을 활성화시키기 위한 글쓰기 조작을 개발하였다. 조절전략을 활성화하기 위한 글쓰기 조작은 Liberman 외(1999)의 연구에서 사용한 방법을 본 연구의 주제와 목적에 맞게 연구자가 수정·보완하였다. 구체적인 절차는 [그림 4]와 같다.

2) 실험자극 개발

(1) 모의진로선택 과제 개발

본 연구는 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 진로 선택에 대한 정서 및 인지적 반응의 차이를 확인하는 것이다. 이를 위해서 먼저 진로의 사결정 과정 중에 조절초점과 조절전략의 일치 여부를 조작한 후 이후 진로선택에 대한 정서 및 인지 반응을 확인해야 한다. 본 연구는 조절초점 동기가 의사결정 전략 선택에 미치는 영향을 연구한 최진명(2013)의 실험설계를 수정·보완하여 모의진로선택 과제를 개발하였다. 최진명(2013)은 참여자들에게 여행지에 머무르는 동안 하고 싶은 야외활동을 선택하는 모의의사결정 과제를 활용하였는데, 총 12가지의 야외활동을 제시한 후 이 중 가장 체험하고 싶은 6가지 활동을 선택하게 하였다. 선택 후 참여자들에게 다시 그 6개의 선택지 중 보다 더 선호하는 3개의 활동을 선택하도록 하였다. 이를 통해 최선호 활동(최종 선택한 3개 활동)과 차선호 활동(6개 선택한 활동 중 최선호 활동 3개를 제외한 나머지 3개의 활동), 선호하지 않는 활동(참여자가 선택하지 않은 활동 6가지)으로 구분하였다. 본 연구는 이를 바탕으로 모의진로선택 과제로 수정·보완하였는데, 1차로 참여자들에게 평소 관심을 가지고 있던 직업 9가지를 떠올리게 한 후 이 중에서 보다 관심 있는 직업 4개를 고르게 하였다. 그리고 2차로 다시 4개 중에서 보다 더 선호하는 직업 2개를 고르게 하였고, 3차로 실험 조작을 거쳐 최종적으로 하나의 직업을 선택하게끔 하였다.

(2) 조절초점 활성화 자극 개발 - 조절초점 활성화 게임

Forster, Higgins, Idson(1998)의 연구를 보완하여 상황적 조절초점을 활성화 시키는 도구를 개발하였다. Forster, Higgins, Idson(1998)의 연구에서는 조절초점-조절전략이 일치 여부에 따른 목표 달성을 위한 행동 동기의 강도(혈압, 피부전기신호)를 실험설계를 통해 확인하였다. 참여자들은 철자 바꾸기 게임(anagrams)에서 성공하면 1달러를 얻었고(gain-nongain framing), 실패하면 아무것도 얻지 못했다(nonloss-loss framing). 결과적으로, 향상초점이 활성화된 집단에서는 조절초점-조절전략 일치(향상초점-열망전략)가 상충(향상초점-경계전략)에 비해 목표 달성에 대한 동기의 강도가 더 높았고, 예방초점이 활성화된 집단에서도 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략) 보다 동기 강화에 더 많은 영향을 받았다. 본 연구에서는 향상초점 활성화를 위한 조작으로 참여자들에게 일정 금액을 제공한 후 초성게임에서 가장 먼저 정답을 제시한 사람이 1,000원을 추가로 얻도록 하였고, 예방초점 활성화를 위한 조작으로 참여자들에게 일정 금액을 제공한 후 초성게임에서 가장 먼저 정답을 제시한 사람을 제외한 나머지 사람들이 1,000원을 잃도록 설계하였다.

(3) 조절초점 활성화 자극 개발 - 조절초점 활성화 시나리오

목표달성을 위해 자신의 행동을 조절하는 동기체계인 향상초점(promotion focus)과 예방초점(prevention focus)을 활성화하기 위한 시나리오를 개발하였다. Lockwood, Jordan, Kunda(2002)는 상황적인 조절초점을 활성화하기 위해 긍정적 역할모델 지시문과 부정적 역할모델 지시문을 참가자들에게 제시하였고, 이들 지시문이 각각 향상초점과 예방초점을 활성화시켰음을 증명하였다. 천석준, 이기학(2008)은 Lockwood, Jordan, Kunda(2002)의 연구와 동일한 방식을 국내 대학생들에게 적용하여 상황적인 조절초점을 유도하였고, 역할모델 제시유형에 따라 서로 다

른 조절초점이 유도되었음을 증명하였다. 본 연구에서는 천석준, 이기학(2008)의 연구에서 사용한 역할지시문을 바탕으로 본 연구의 목적과 주제에 맞게 수정하였다. 수정한 부분은 다음과 같다. 첫째, Lockwood와 Kunda(1999)는 특정 조절초점을 효과적으로 활성화하기 위해서 참여자가 시나리오 상황과 같은 일이 본인에게도 일어날 수 있다고 지각함과 동시에 동일한 상황에 처해 있는 자신의 모습을 떠올릴 수 있어야 한다고 하였다. 본 연구는 참여자가 시나리오 내용과 같은 상황을 겪을 수 있다고 지각하게끔 조작하기 위해서 역할모델에 대한 내용이 아닌 미래의 자신의 이야기로 시나리오를 구성하였고, 시나리오의 상단에 ‘미래의 내가 쓴 글’이라는 안내글을 먼저 제시하였다. 참여자들은 향상초점 활성화 시나리오와 예방초점 활성화 시나리오를 읽기 전에 “다음에 제시되는 글이 ‘미래의 내가 쓴 글’이라고 상상하며 읽어주세요. 다음의 글이 당신이 미래에 겪을 경험이라고 여겨주시고, 최대한 감정 이입을 하면서 읽어주시기 바랍니다.”라는 문장을 먼저 읽게끔 구성하였다. 둘째, 향상초점과 예방초점 활성화 시나리오는 동일한 상황에 대한 2가지 관점으로 구성하였다. 향상초점 활성화 시나리오는 취업 성공으로 얻게 될 이득과 관련된 생각, 정서가 포함되어 있고, 예방초점 활성화 시나리오는 취업 실패로 인해 잃게 되는 것들에 대한 생각, 정서가 포함되어 있다. 실제 구직자들이 구직과정에서 경험하는 생각과 정서들이 포함될 수 있도록 국가직무능력표준 홈페이지(www.ncs.go.kr)의 채용 사례를 참고하였고, 각 시나리오의 글자수와 제시되는 정서단어의 수를 비슷하게 구성하였다. 셋째, 시나리오를 읽은 후 참여자들이 제시된 상황에 보다 몰입할 수 있도록 “다 읽으셨다면, 10초 동안 눈을 감고 앞서 제시된 ‘미래의 내가 쓴 글’의 상황을 상상하면서 충분히 구직자의 입장이 되어 보십시오.”라는 안내글을 제시하였다.

수정한 시나리오가 실제 대학생들에게 상황적 조절초점을 유도하는지 알아보기 위하여 대학생 10명을 대상으로 확인하였다. ①시나리오 내용에 공감이 되는지, ②시나리오 내용이 이해하기 쉬운지, ③시나리오 내용에 몰입이 잘 되는지, ④시나리오를 읽고 향상초점(바라는 결과를 얻기

위해서 다소 위험을 감수하더라도 도전적인 자세로 목표에 접근하고자 하는 동기) 혹은 예방초점(위험이나 손실과 같이 원치 않는 결과를 방지하기 위해서 신중하게 발생 가능한 문제를 파악하고 대비하고자 하는 동기)이 유도되었는지를 각각 5점 척도로 확인하였고, 낮은 점수를 준 경우 시나리오에서 추가·삭제되어야 할 내용에 대해 자유롭게 적을 수 있도록 하였다. 대학생의 응답 결과를 바탕으로 시나리오를 1차 수정한 후 대학상담센터에서 상담원으로 근무하는 상담전문가 5인을 대상으로 수정한 시나리오에 대한 적절성, 이해도, 몰입도, 효과성을 확인하였다. 대학생 10인과 상담전문가 5인의 평정 결과는 <표 5>와 같다.

대학생들과 대학상담센터에서 상담원으로 근무하는 상담전문가들의 의견을 토대로 시나리오가 수정·보완하여 최종 시나리오를 완성하였다. 최종 시나리오는 상담학 교수 1인이 최종 검토하였다. 조절초점 활성화 조작에 사용된 최종 시나리오는 다음의 <표 6>, <표 7>과 같다.

<표 5> 시나리오 평정 결과

		항상초점 시나리오	예방초점 시나리오
대학생 (N=10)	공감도	3.3	4.4
	이해도	4.4	4.7
	몰입도	3.6	4.6
	효과성	3.6	3.1
상담전문가 (N=5)	적절성	4.4	4.4
	이해도	5.0	4.8
	몰입도	4.4	4.4
	효과성	4.0	4.2
공통 수정의견		<ul style="list-style-type: none"> • 개인의 기질적 조절초점 성향에 따라 활성화 정도가 다를 수 있을 것 같다. • 항상초점 활성화 시나리오의 경우, 구체적인 성과를 나열해주면 몰입하기가 더 쉬울 것 같다. • 예방초점 활성화 시나리오의 경우, 주인공의 정서가 너무 비관적이라 오히려 몰입이 되지 않는다. 정서 표현을 보다 자제하는 것이 좋겠다. 	

<표 6> 향상초점(promotion focusing) 시나리오

나는 올해 초 대학을 졸업하고 주요 대기업 9곳에 지원해서 3곳의 서류 전형에 합격했다. 그리고 그 중에서 가장 취업하기를 희망하였던 한 회사로부터 특별 채용 전형을 제안 받았다. 1차 면접을 건너뛰고 바로 최종면접을 보게 된다고 한다. 채용이 결정된 것은 아니지만 그래도 그간의 나의 노력을 알아준 것 같아서 심장이 두근거리고 설렌다. 취업에 필요하다는 조건(이른바 ‘스펙9종세트’)을 충분히 갖추지 못한 것 같아서 걱정을 했는데 이런 좋은 기회를 얻게 되다니 더욱 놀랍고 흥분된다. 지금까지 몇 번의 실패를 경험하다보니 뻔한 자기소개서만으로는 승산이 없는 것 같아서 구체적으로 기업 내에서 발생할 수 있는 문제를 예상하여 내가 가진 역량으로 그 문제를 어떻게 해결할 수 있을지를 Q&A 형식으로 제시하였다. 기업에서 발생 가능한 문제를 예상하는 것이 어려웠는데, 고용정보원에서 제공하는 산업분석보고서와 각 기업 홈페이지에서 제공하는 자료를 분석하였고, 국가직무표준 홈페이지를 통해 기업에서 요구하는 업무별 구체적인 직무 내용을 검색하여 숙지한 후 내가 지원한 직무 수준에서 해결 가능한 예상답안을 작성하였다. 그리고 동문 중 내가 지원한 직무에 근무하는 선배들을 수소문하여 연락하였고 내가 작성한 예상답안에 대한 피드백을 받아 수정·보완하였다. 괜한 군더더기 스펙을 늘어놓지 않고, 지원한 직무에 꼭 필요한 지식, 기술, 태도에 맞춰서 내 경험을 어필한 것이 도움이 된 것 같다.

비록 특별 채용 전형이 정년이 보장되거나 고용이 안정적인 채용조건은 아니지만 정규직에 비해 승진 기회가 많고 연봉상승률이 높을 뿐만 아니라 개인의 전문성을 발전시킬 수 있는 조건이라 앞으로 전망이 더 밝을 것 같아서 마음에 든다. 이 회사에서는 나의 모든 에너지를 충분히 집중하고 몰입할 수 있으리라는 막연한 기대감이 든다. 또한 돈을 벌면 평소 해보고 싶던 취미활동이나 다양한 여가생활을 보다 여유 있게 즐길 수 있을 것 같아 설렌다.

아직은 취업이 결정된 것이 아니고 남은 면접에서 붙는다는 보장도 없지만 내 스스로 좋은 기회를 만들어 내었다는 생각에 자부심이 느껴지고 뭐든 할 수 있을 것만 같은 자신감이 생긴다. 남은 최종 면접에서 내가 어떻게 보일까 생각하면 걱정되고 긴장도 되지만 이 일을 통해 내가 얻을 수 있는 것은 무엇인지에 대해서 더 많이 생각하고 있어서 걱정보단 기대감이 앞선다.

나는 현재 내가 가야할 길을 잘 찾아가는 중이다. 나는 요즘 내가 앞으로 성취하고 싶은 것에 대해서 생각하고, 나의 꿈과 희망을 어떻게 이뤄나갈지를 자주 생각한다. 나는 지금 도전적인 자세로 희망적인 미래를 그리고 있다.

<표 7> 예방초점(prevention focusing) 시나리오

나는 올해 초 대학을 졸업하고 주요 대기업 9곳에 지원해서 6곳의 서류 전형에 불합격했다. 올해 하반기 지원은 모두 끝난 상태라 더 이상 남아있는 기회가 없는데 계속 떨어지기만 하니 몸이 으슬으슬 떨릴 정도로 불안하다. 기업에서 요구하는 조건을 모두 갖췄고 인·적성 및 면접 준비도 평소 충분히 해두었기에 내 기준에는 안정지원이라고 생각했는데 6곳에서나 불합격 통지를 받으니 결과를 받아들이기가 더 힘들다. 나와 비슷한 스펙의 선배나 친구들은 잘만 취업하는데, 나는 도대체 왜 이려고 있는지 도무지 알 수가 없다. 작년부터 국내 대기업들이 신입사원 채용 인원수를 대폭 줄이고 있는데, 남은 면접마저 떨어진다면 장기실업으로 이어질 것 같다. 더 일찍 취업을 준비하지 않았던 것이 후회된다. 수시로 ‘내가 왜 떨어졌을까?’를 생각해 보는데 답을 찾기는커녕 기분만 더 우울해질 뿐이다. 3곳에 합격하긴 했지만 서류전형부터 떨어지는 곳이 많으니 면접도 잘 볼 수 있을지 걱정이 된다. 친구들이 하나 둘씩 취업했다는 소식이 들리고, 가끔씩 고시에 합격했다는 소문도 들린다. 그럴 때마다 친구들 사이에서 나만 뒤떨어지는 것 같아서 스스로가 초라하다. 취업을 한 친구들은 아무 생각이 없는 건지, 자랑을 하고 싶은 건지 나를 볼 때면 취업 결과가 어떤지 물어보는 데 그런 질문을 받을 때마다 아무렇지 않은 척 하는 내가 더 초라하다. 괜한 자격지심일지도 모르지만 웬지 취업한 친구들이 속으로는 나를 불쌍하게 보는 것 같아서 친구들 앞에서는 더 작아지고 위축된다. 이런 내 모습을 보니 아마도 취업이 되지 않으면 앞으로 친구들 만나는 것도 힘들 것 같다.

또한 취업이 정해지지 않은 채 졸업하면 그동안 뒷바라지 해주신 부모님께 용돈을 드리지는 못할망정 앞으로도 한동안 손을 벌려야 하는 면목 없는 신세가 될 것 같아서 걱정이다. 겉으로 티를 내시진 않지만 취업 소식을 기대하고 계실 부모님이 얼마나 실망하실지... 부모님께 든든한 자식은 못되어 드리더라도 걱정 끼치는 자식은 되고 싶지 않다. 대졸 취업난이니 청년 백수니 일컫는 말들이 나에게 해당될지도 모른다는 생각에 요즘 잠을 설친다. 가족들 앞에 나서는 것도 점점 자신이 없어진다. 내가 지금 제대로 가고 있는지 이 길이 맞기는 한 건지 혼란스럽다. 지나간 건 뒤로하고 남은 면접에 집중하려고 해도 앞으로 나아질 수 있을 거라는 희망이 보이지 않고 앞길이 막막하기만 해서 아무 것도 손에 잡히질 않는다. 나는 지금 내 진로를 어떻게 정해야 할지 모르겠다.

나는 지금 내 인생에 나쁜 일이 생기지 않도록 최대한 노력하고 있고, 나의 책임과 의무를 다하고자 애를 쓰고 있다.

(4) 조절전략 활성화 자극 개발 - 글쓰기 과제

그 다음으로는 조절전략을 직접적으로 유도하고 촉진하기 위해서 참여자들에게 목표달성을 위한 전략을 적는 글쓰기 과제를 개발하였다. 본 연구에서는 Liberman 외(1999)의 연구를 바탕으로 여준상, 송환웅(2007)이 수정한 방법과 Freitas & Higgins(2002)가 열망·경계전략 글쓰기로 사용한 지문을 수정·보완하여 목표달성을 위한 조절전략에 대해 글을 쓰는 기록지를 개발하였다. 조절전략은 열망전략(eagerness means)과 경계전략(vigilance means)으로 나뉜다. 열망전략은 다소 위험을 감수하더라도 도전적인 자세로 목표에 접근하는 노력을 의미하고, 경계전략은 위험이나 손실과 같이 원치 않는 상태가 발생하는 것을 방지하기 위해서 발생 가능한 문제를 파악하고 회피하는 데 애를 쓰는 것을 뜻한다. 여준상, 송환웅(2007)의 연구에서는 간단한 지시문을 제시하고 5분간 자유롭게 글쓰기를 하는 방법이였으나 본 연구에서는 시간 제한을 두지 않는 대신 참여자들이 보다 구체적으로 생각해볼 수 있도록 구체적인 안내와 예시를 제시하여 구조화된 방법을 사용하였다. 예시는 외적가치와 내적가치를 추구하는 내용으로 총 2개를 제시하였다. 조절전략 조작 지시문은 상담교수 2인과 대학상담센터에서 근무하는 상담전문가 5인의 평정을 받은 후 수정·보완하였다(표 8).

<표 8> 조절전략 글쓰기 과제 평정 결과

	구분	열망전략	경계전략
상담교수 및 상담전문가 (N=7)	이해도	4.6	4.4
	몰입도	4.4	4.4
	효과성	4.6	4.4

이해도는 조작 내용의 지시사항이 대학생들이 이해하기에 적당한지, 몰입도는 조작 내용의 지시사항이 대학생들이 몰입하기에 적당한지, 효과성은 조작 내용의 지시사항이 열망전략(다소 위험을 감수하더라도 도

전적인 자세로 목표에 접근하는 노력) 또는 경계전략(위험이나 손실과 같이 원치 않는 상태가 발생하는 것을 방지하기 위해서 발생 가능한 문제를 대비하려는 노력)을 잘 드러내는지를 평가하는 것으로 5점(1점=전혀 아니다, 5점=매우 그렇다) 척도로 확인하였고, 낮은 점수를 준 항목에서 추가·삭제되어야 할 내용에 대해 자유롭게 적을 수 있도록 하였다. 최종적으로 조절전략 활성화 조작에 사용된 글쓰기 과제는 <표 9>, <표 10>과 같다.

<표 9> 열망전략 글쓰기 과제

지시문	<p>이제 미래의 당신은 이 기회를 잘 잡아서 취업에 성공하도록 그리고 취업 후에도 직장생활에 잘 적응하도록 준비하고자 합니다.</p> <p>미래의 당신이 최상의 결과를 이뤄내기 위해서, 현재 당신은 다소 위험을 감수하더라도 도전적인 자세로 임하고자 합니다.</p> <p>진로에서 지금 현재 당신이 가장 원하는 최상의 결과는 무엇이며, 그 결과를 얻기 위해서 지금 현재 어떤 도전을 해야할지 아래의 예시처럼 적어주세요.</p> <p>아래의 예시를 보고, 다음의 핵심 키워드가 들어가도록 문장을 적어주세요. 세 번째 문장 작성 시, “구체적인 행동전략 3가지”가 포함되도록 적어주세요.</p>
예시	<p><예시1></p> <ul style="list-style-type: none"> · 내가 가장 원하는 것은 <u>경제적 여유이다.</u> · 경쟁적인 상황으로 인해 스트레스 상황에 놓일 수 있다는 위험을 감수하더라도 <u>돈에 얽매이지 않고 물질적으로 풍요로운 삶을 얻고 싶다.</u> · 그러기 위해서는 ①교환학생을 다녀와서 높은 어학 점수를 받고, ②관련된 공모전에 최대한 많이 참가하여 수상 실적을 올리고, ③공모전 수상 경험을 바탕으로 관련 회사·부서에서의 인턴에 합격하여 실질적인 업무를 미리 경험해보는 것이 좋겠다. <p><예시2></p> <ul style="list-style-type: none"> · 내가 가장 원하는 것은 <u>의미 있는 삶을 사는 것이다.</u> · 다소 경제적으로 넉넉지 않을 수 있다는 위험을 감수하더라도 <u>보람 있고 충만한 삶을 얻고 싶다.</u> · 그러기 위해서는 ①취약계층 청소년 대상의 멘토링을 하는 교내 사회봉사 교과목을 수강하고, ②정부 부처에서 운영하는 청소년 관련 기관에서 실시하는 다양한 프로그램에 참여하여 청소년들을 직접 만나보고, ③청소년들과 보다 원활히 소통하기 위해서

	<u>청소년</u> <u>상답자</u> <u>자격증</u> 을 <u>준비</u> 해보는 것이 좋겠다.
응답	① 내가 가장 원하는 것은 _____이다. ② _____ 위험을 감수하더라도 _____ 얻고 싶다. ③ 그러기 위해서는 _____ 해보는 게 좋겠다. <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 구체적인 행동전략 3가지가 포함되도록 문장을 작성해 주세요. </div>

<표 10> 경계전략 글쓰기 과제

지시문	<p>이제 미래의 당신은 이 기회를 놓치고 취업에 실패하지 않도록 그리고 취업 후에도 직장생활에 부적응하지 않도록 준비하고자 합니다.</p> <p>미래의 당신이 최악의 경우에 맞닥뜨리는 것을 피하기 위해서는 현재 당신은 미래를 대비하기 위해 무언가는 포기해야 합니다.</p> <p>진로 선택에 있어서, 당신이 가장 피하고 싶은 최악의 상황은 무엇이며, 그 상황을 맞닥뜨리지 않기 위해서 지금 현재 무엇을 대비해야 할지에 대해 아래의 예시처럼 적어주세요.</p> <p>아래의 예시를 보고, 다음의 핵심 키워드가 들어가도록 문장을 적어주세요. 세 번째 문장 작성 시, “구체적인 행동전략 3가지”가 포함되도록 적어주세요.</p>
예시	<p><예시1></p> <ul style="list-style-type: none"> · 최악의 상황은 <u>경제적으로 불안정한 상황을 맞닥뜨리게 되는 것이다.</u> · 직업적 흥미는 <u>포기하더라도 돈에 얽매이면서 초라하게 사는 것은 피하고 싶다.</u> · 그러기 위해서는 이른바 “스펙7중세트(학점, 토익, 자격증, 인턴, 공모전, 사회봉사, 어학연수)”에서 경쟁자들에게 밀리지 않기 위해 <u>①매주 주말마다 토익학원을 다니고, ②C+이하의 학점을 받은 수업은 모두 재수강을 하고, ③전공 외에도 최대한 많은 자격증 준비하는 것이 좋겠다.</u> <p><예시2></p> <ul style="list-style-type: none"> · 최악의 상황은 <u>무엇을 위해 일하는지 모른 채 의미 없는 직장생활을 하는 것이다.</u> · 경제적 안정을 <u>포기하더라도 사랑하는 사람들과 보낼 시간도 부족할 정도로 떠밀리며 사는 것은 피하고 싶다.</u> · 그러기 위해서는 ①워크넷 등의 진로 관련 사이트에서 직업정보를 탐색해보고, ②내가 고려 중인 직업에 종사하고 있는 선배들

	<u>을 만나서 실제적인 직업생활에 대해 들어보고, ③스트레스 상황에서 내가 삶의 의미를 되새길 수 있도록 교내 명상 프로그램을 신청해 보는 것이 좋겠다.</u>
응답	① 최악의 상황은 _____이다. ② _____ 포기하더라도 _____ 피하고 싶다. ③ 그러기 위해서는 _____ 것이 좋겠다. <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 구체적인 행동전략 3가지가 포함되도록 문장을 작성해 주세요. </div>

(5) 기억회상 과제 자극 개발

진로 의사결정 과정에서 조절초점-조절전략 일치 여부에 따라 기억량의 차이가 나타나는지 확인하기 위해서 기억회상 과제 자극을 개발하였다. 최진명(2013)의 연구에서 조절전략 수단으로 활용한 방법을 본 연구의 주제와 목적에 맞게 수정·보완하였다. 최진명(2013)은 Crowe, Higgins(1997)의 신호탐지 실험을 참고하여 조절전략 선택 과제를 개발하였다. Higgins(1997)의 연구에서 향상초점 집단은 신호음을 놓치지 않고 감지하는 것(gain/non-gain)에 민감하기 때문에 상대적으로 탐지 버튼을 자주 누르는 경향이 있었던 반면, 예방초점 집단은 잘못된 신호를 감지하는 것을 경계하는 상태(non-loss/loss)에 있었기 때문에 상대적으로 탐지 버튼을 덜 누르려는 경향을 보였다고 한다. 최진명(2013)은 이를 바탕으로 조절초점 동기가 조절전략 선택에 미치는 영향을 실험적 설계를 통해 알아보고자 했고, 조절초점을 활성화 시킨 참여자들에게 네 개의 선택 대안 중 하나의 사용자후기 선택하는 것으로 조절전략을 확인하였다. 사용자 후기는 ①생각보다 재미없다는 내용(열망후기: 긍정적 결과 부재), ②생각보다 위험했다는 내용(경계후기: 부정적 결과 존재), ③생각보다 위험하지 않았다는 내용(경계후기: 부정적 결과 부재), ④생각보다 재미있었다는 내용(열망후기: 긍정적 결과 존재)으로 총 4종의 후기로 구성되었다. 그 결과, 향상초점 집단은 열망전략을 선택하고 예방초점 집단은 경계전략을 선택하

였다. 또한 Jain, Lindsey, Agrawal, and Maheswaran(2007)는 조절초점이론을 바탕으로 비교광고의 효과를 알아보기 위해 조절초점이 정보처리방식에 미치는 영향을 조사하였는데 그 결과, 향상초점 집단은 본인이 가장 선호하는 브랜드에 대해서 그리고 예방초점 집단은 비교 브랜드에 대해서 보다 많은 양의 정보를 기억하는 것으로 나타났다. Higgins, Roney, Crowe 및 Hymes(1994)의 연구에서는 참여자들에게 향상초점과 예방초점을 점화한 후 한 조건에서는 열망전략을 사용한 인물에 관한 일화를 읽도록 하고, 다른 한 조건에서는 경계전략을 사용한 인물에 관한 일화를 기억하도록 하였다. 실험 결과, 향상초점이 점화되었을 때는 경계전략 보다 열망전략을 사용한 인물의 일화를 잘 기억한 반면, 예방초점이 점화되었을 때는 열망전략보다 경계전략을 사용한 인물의 일화를 잘 기억했다.

앞선 연구의 결과를 종합하면, 향상초점이 활성화된 집단은 이득(gain)을 성취하는 것을 중요하게 생각하고 상대적으로 현재 상태를 유지하거나 손해(loss)를 두려워하지 않기 때문에 성취와 관련된 정보에 더 민감하고 그와 관련된 정보를 더 많이 기억한 반면 예방초점이 활성화된 집단은 손실을 회피(non-loss)하는 것이 목적이므로 손실회피와 관련된 정보에 민감하고 그와 관련된 정보를 더 잘 회상하였음을 보여준다.

이에 본 연구에서는 기억회상 과제 자극으로 이미 취업한 선배의 취업후기로 구성하였고, 열망후기(취업 후 잃은 것도 있지만 ‘얻은 것이 있음’)와 경계후기(취업 후 얻은 것도 없지만 ‘잃은 것이 없음’)로 구분하였다. 기억회상 과제 자극으로 사용한 취업후기 지문은 다음의 <표 11>, <표 12>와 같다.

<표 11> 열망후기 지문(gain & loss)

동종 업계에 비해 우리 회사 취업 경쟁률이 무척 높아서 재수로 들어옴. 회사 내 경쟁이 점점 심해지고 있어서 정년보장은 흔치 않음. 하지만 동종 업계에 비해 초졸 신입사원의 연봉이 상당히 높을 뿐만 아니라 다른 회사에 비해 매년 연봉 상승률이 높음. 입사 순서와 상관없이 본인의 업무 실적에 비례하여 승진 기회가 유연하게 주어지기 때문에 실적에 따라 선배를 앞지르기도 하고 후배에게 밀리기도 함. 상사의 일방적인 지시 아래 틀에 박힌 정해진 업무를 시행하기 보다는 본인의 업무에 있어서는 스스로 의사결정을 할 수 있는 자율성이 확보된 편임. 더불어 본인이 속한 부서의 실적이 곧 본인의 실적을 대변하기 때문에 팀웍도 매우 중요함. 상당한 수준의 의사소통 능력과 사회적 기술이 요구됨.

우리 회사에서는 직원이 새로운 역량을 개발하는데 필요한 지원을 아낌없이 하는 편으로 교육휴가 및 교육비 지원, 조직 내 동아리 활동 지원 등의 시스템이 잘 갖춰져 있음. 업무 효율을 높이기 위해서 과일, 샌드위치 등의 간단한 아침 도시락을 제공하고, 회사 내 가장 전망 좋은 곳에 직원 휴게실을 만들어 놓아서 근무시간 내 언제든지 안락하고 편안하게 쉴 수 있음. 또한 매년 최고 수준의 건강검진을 제공하며 개인 및 가족이 심리적으로 어려움을 경험할 경우에는 회사 내 심리상담센터를 무료로 이용할 수 있는 등 다양한 복지 혜택이 있음.

이러한 사내 복지시스템이 발달한 이유는 그만큼 역량 있는 직원을 확보하겠다는 의미임. 그만큼 전직원은 항상 자신의 역량을 최대로 증명해야 한다는 부담감과 긴장감을 가지고 있음. 예를 들어, 전사원 모두 매주 기획안을 제출해야 하고 이는 인사고과(人事考課)에 반영됨. 이로 인해 회사에서 의무적으로 야근을 주문하지는 않지만 매주 기획안 평가가 가까워지면 직원들 스스로 야근을 자처하면서 경쟁이 과열되는 분위기가 조성됨.

<표 12> 경계후기 지문(non-loss & non-gain)

동종업계에 비해 취업 경쟁률이 높은 편은 아님. 물론 회사에서 요구하는 기본적인 조건은 갖춰야 하지만 남달리 특별한 역량을 요구하는 것은 아님. 보수, 복지 혜택, 작업 환경 등은 동종 업계와 유사한 수준임. 연봉은 초졸 신입사원의 평균 정도이거나 조금 낮을 수 있음, 직업전망은 보통 수준임. 크게 노동의 수요가 늘지는 않는 직종이지만 노동 수요는 한동안 꾸준할 추세임. 업무의 강도가 높진 않고, 회사의 근무 평가가 까다롭지 않아서 해고나 조기퇴직에 대한 스트레스가 상대적으로 적은 편임. 대개 매뉴얼화 된 일상적이고 같은 패턴의 업무를 반복적으로 하게 되므로 조직 규칙만 잘 따른다면 크게 실수할 것도 문제가 될 일도 발생하지 않음. 조직문화가 딱히 새롭고 혁신적인 업무에 도전하는 분위기가 아니라 매너리즘에 빠지는 직원들을 꽤 봤음. 개인의 역량이 눈에 띄는 업무가 아니고 대개 연차가 지나면 승진이 되기 때문에 전반적인 조직문화가 소극적이고 내 책임만 아니면 된다는 식의 방어적인 편임. 개인의 역량 발전과 성취를 확인할 수 있는 기회는 별로 없지만 직원 간 경쟁적인 분위기를 조성하는 편이 아니기 때문에 그로 인한 스트레스는 거의 없음.

위계질서가 뚜렷하거나 일방적이고 강압적인 조직문화는 아니어서 상사 눈치를 보느라 퇴근을 늦게 한다든지 휴가를 마음껏 쓰지 못하는 일은 거의 없지만 어디 조직이나 그렇듯 끈대 스타일의 상사는 많음. 하지만 상사의 지시가 일방적이긴 해도 비합리적인 지시나 비상식적인 요구를 하는 경우는 거의 없어서 대부분 큰 무리 없이 해나갈 수는 있는 편임. 하지만 개인의 특성에 따라서 소극적이고 변화가 없는 조직 분위기를 답답하고 지루해할 수도 있음.

사무실 분위기는 세련되진 않았지만 특별히 어수선하거나 지저분하지 하지 않고 평범한 편임. 조직 문화가 사무실 분위기에 신경 쓸 정도로 섬세한 편은 아니고 오히려 좀 투박한 편임.

3) 예비 실험

본 실험을 진행하기 앞서 대학상담센터에서 근무하는 상담전문가 2인, 석사 2인, 대학생 10인을 대상으로 예비 실험을 진행하였다. 예비 실험은 실제 실험 절차와 동일하게 진행되었고, 이를 통해 연구자의 의도대로

실험 설계가 잘 구현되는지, 실험 절차에 있어 수정이나 보완해야 할 점은 없는지, 실험 진행의 어려움은 없는지 등의 내용을 확인하고자 하였다. 예비 실험에 걸린 시간은 50분, 피드백 시간 30분을 포함하여 총 80분 가량이 소요되었다. 예비 실험 통해 제시된 피드백의 내용들을 토대로 최종 실험 방법과 절차를 수정하였다(표 13).

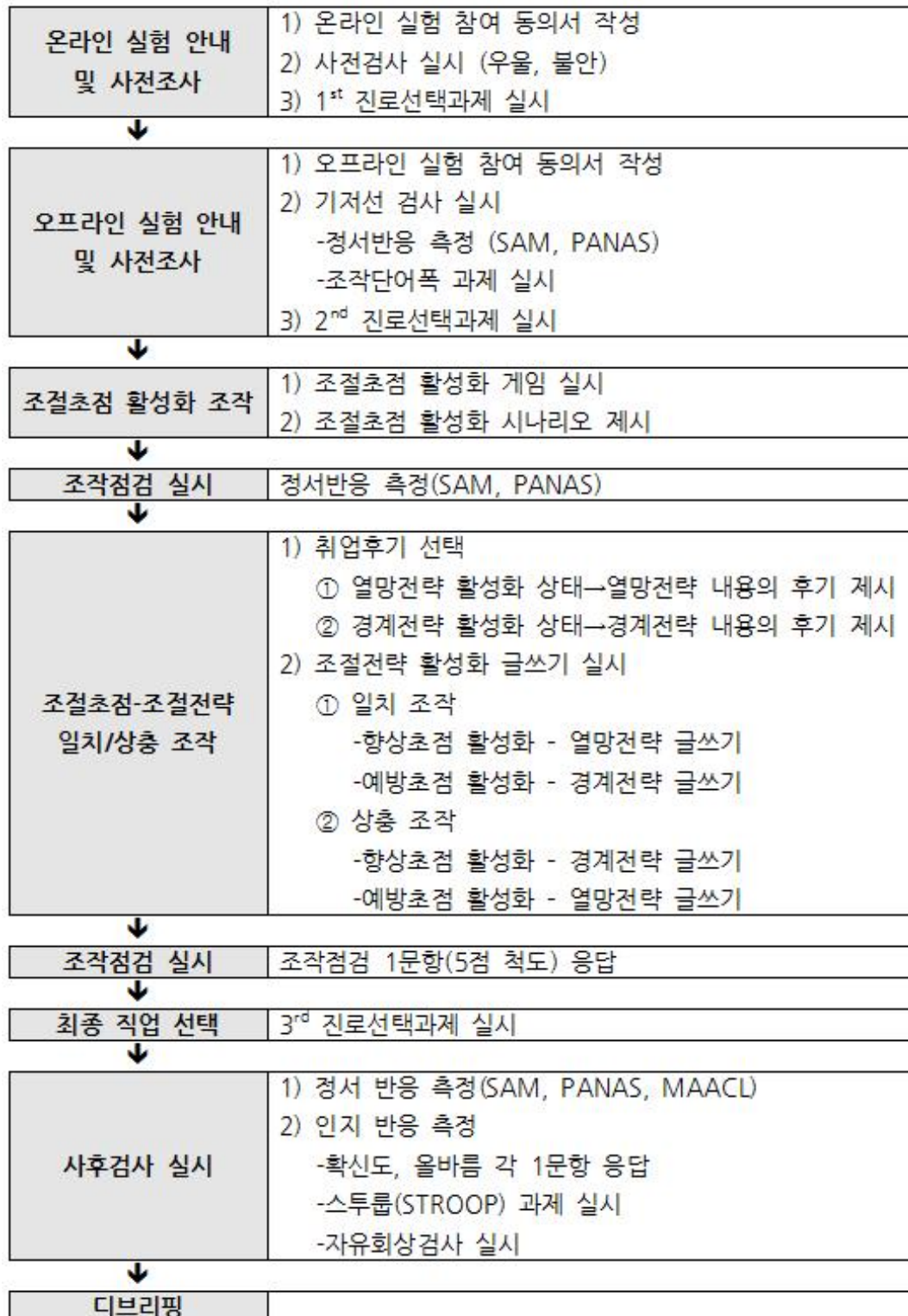
<표 13> 예비 실험에서 제시된 피드백과 수정 내용

피드백 내용	수정 내용
· 평소 고려하고 있는 직업 9개가 선뜻 생각나지 않았음.	· 온라인 조사를 통해 평소 고려하고 있는 직업 3개와 직장 9곳을 미리 생각해 볼 수 있도록 장치함.
· 직업과 직장을 혼용하여 적다보니 이후 진로상황에 몰입하는 것이 헛갈림.	· 직업탐색의 방법으로 워크넷(work.or.kr)의 한국직업정보시스템 인터넷 주소를 참고로 제시함.
· 조절초점 활성화 게임 시 실제로 돈을 주고 뺏는 것이 아니라 점수(± 1)를 제시하고 있어 몰입이 덜 되는 것 같음.	· 사탕을 모의 화폐처럼 활용하여, 점수를 획득한 사람에게는 사탕을 주고, 점수를 잃은 사람으로부터는 사탕을 뺏음.
· 실험 안내가 보다 구체적으로 제시되면 좋을 것 같음.	· 각 과제마다 안내 지시문을 구체화하여 제시함. · 안내 지시문을 읽기도 전에 다음 과제에 노출되지 않도록 지시문과 과제 제시 페이지를 나누었음.
· 몰입해야 하는 상황이 미래의 상황인지 현재의 상황인지 헛갈림.	· 안내 지시문 내용 중 ‘미래’, ‘현재’ 단어를 굵고 붉은 글씨로 수정하고, 응답지를 컬러로 제시함.

4) 본 실험

본 실험은 서울 소재의 S대학에 재학(혹은 휴학) 중인 3학년 이상의 학부생을 대상으로 하였고, 연구자와 실험 참여자 다수가 면대면으로 만날 수 있는 대학 상담실에서 진행하였다. 실험 참여자 모집을 위해 S대

학의 온라인 커뮤니티 게시판에 모집문건을 업로드하였고, 참여자들은 모집문건을 보고 온라인으로 실험 참여를 신청하였다. 모집문건에는 본 연구의 목적, 연구 절차, 자발적 참여 유무를 결정할 수 있다는 안내를 제시하였다. 모집문건을 읽은 후 내용에 동의한 학생들을 대상으로 온라인으로 사전조사와 진로선택 과제를 진행하였다. 먼저, 사전조사의 목적은 종속변인에 영향을 미칠 것으로 예상되는 특성을 확인하여 집단 간 동질성을 확보하기 위함이다. 본 연구에서는 종속변인이 진로선택에 대한 심리적 적응에 영향을 미칠 수 있는 심리내적 변인인 특성불안(Trait Anxiety Inventory)과 우울(Beck's Depression Inventory) 검사를 온라인으로 사전에 실시하였다. 다음으로 진로선택 과제는 대학 졸업 후 첫 직업으로 고려하고 있는 직업 3개와 첫 직장으로 고려하고 있는 회사 9개를 단답형으로 제시하도록 하였다. 연구 참여자가 온라인 사전조사와 진로탐색과제를 완료한 참여자들 중 오프라인 실험에 대한 연구 동의서를 읽은 후 내용에 동의한 대학생들을 대상으로 오프라인 실험이 진행되었다. 실험 참여자들은 2개의 조절초점과 2개의 조절전략의 조합으로 이루어진 총 4개의 집단에 무선 배정되었다. 구체적인 실험 절차는 다음의 [그림 5]와 같다.



[그림 5] 실험절차

첫째, 모든 참여자들을 대상으로 사전 조사를 실시하였다. 먼저 조절초점과 조절전략 조작성이 잘 이루어졌는지 확인하기 위해 조작점검으로 정서를 측정하였다. 사전 정서 측정 도구로는 SAM(Self-Assessment Manikin)과 PANAS(Positive Affect and Negative Affect Schedule)를 사용하였다. 다음으로 사전에 두 집단 간 작업기억 용량의 정도 차이를 확인하기 위하여 작업기억용량 검사의 일종인 조작단어폭검사(Operation-word span task)를 축소판으로 실시하였다. 마지막으로 실험 참여자들에게 온라인으로 작성한 9개의 직장 중 더 마음에 드는 직장 4개(차선호 진로)를 선택한 후 이 중 2개의 직장(최선호 진로)을 다시 선택하도록 하였다.

둘째, 실험 참여자들에게 상황적 조절초점을 활성화시키기 위해서 게임을 실시한 후 모의구직상황 시나리오를 제시하였다. 조절초점 활성화 게임은 참여자들에게 워업(warm-up) 활동이라 소개한 후 연구자가 제시한 문제를 가장 먼저 맞춘 사람에게 사탕을 지급하거나 문제를 맞추지 못한 사람으로부터 사탕을 회수하였다. 게임이 끝난 후 참여자들이 소유한 사탕의 개수에 따라 보상(사탕 1개=1,000원)을 하였다. 구체적으로는 향상초점 활성화 조작 집단에서는 가장 먼저 답한 사람에게 사탕 1개(=1,000원)를 추가로 제공하였고, 예방초점 활성화 조작 집단에서는 가장 먼저 답한 사람을 제외한 나머지 사람들로부터 사탕 1개(=1,000원)을 회수하였다. 향상초점과 예방초점 조건 모두 목표는 같지만 향상초점 조건의 동기는 보상을 획득하는 것이고 예방초점 조건은 손실을 회피하는 것이다. 게임 직후 참여자들에게 조절초점 조작 집단에 맞게 서로 다른 모의구직상황 시나리오(향상초점 활성화 시나리오/ 예방초점 활성화 시나리오)를 제시하였다. 즉 사탕 획득 조건을 제시한 집단에는 향상초점 활성화 시나리오를 제시하였고, 사탕 손실 회피 조건을 제시한 집단에는 예방초점 활성화 시나리오를 제시하였다.

셋째, 조작점검(manipulation check)을 위해 조절초점 활성화 조작을 마친 직후 사전조사와 마찬가지로 SAM과 PANAS 검사를 사용하여 정서 반응을 측정하였다. 정서 반응을 측정하기 앞서 “10초 동안 눈을 감고 앞서 제시된 ‘미래의 내가 쓴 글’의 상황을 상상하면서 충분히 구직자

의 입장이 되어 보십시오. 10초 후 다음으로 넘어가 주세요.”라는 지시문을 제시하였고, 정서 반응 측정을 위한 지시문도 실험 상황과 절차에 맞도록 일부 수정하여 제시하였다. 예를 들어, 실험 전 지시문은 “현재 자신의 감정 상태와 가장 비슷한”으로 안내하였고, 조절초점 조작 후 지시문은 “미래의 내가 쓴 글을 읽은 후 현재 나의 감정 상태와 가장 비슷한”으로 수정하여 사용하였다. 또한 실험 참여자들에게 앞서 직업선택과제 수행을 통해 선택한 직장에서 근무하는 선배를 만나서 직업에 대한 정보를 탐색해볼 수 있는 기회가 있다는 모의진로탐색 상황을 제시하고 최종 직업 선택 전에 만나보고 싶은 선배 1명을 선택하게 하였다. 조절초점 동기가 의사결정 수단 선택에 미치는 영향을 살펴본 최진명(2013)의 연구에서는 향상초점 집단은 최선호 대안에 대한 정보를 탐색하였고, 예방초점 집단은 차선호 대안에 대한 정보를 탐색하는 것으로 나타났다. 이에 본 연구에서는 조절초점 활성화 조작에 대한 조작점검으로 실험 참여자들이 최선호/차선호/선호하지 않는 직장에 근무하는 선배 중 어떤 선배를 만나서 직업정보를 탐색해보고자 하는지 확인하였다. 실험 참여자들에게 제시한 모의진로탐색 상황의 내용은 <표 14>와 같다.

<표 14> 모의진로탐색 상황 내용

미래의 당신은 앞서 선택한 9개의 회사에 서류지원을 하였고, 그 중 3개 회사로부터 서류합격 통보를 받았습니다. (* 합격한 회사는 연구자가 제시)

다행히 아는 선배들 중에 당신이 합격한 3개의 회사에서 근무하는 선배들이 있습니다. 면접을 보기 전에 그 선배들을 만나서 그들이 근무하는 회사에 대한 이야기를 들어보고자 합니다.

하지만 선배들과 약속을 정하다보니 서로 일정이 잘 맞지가 않아서 면접 전에 딱 한 명의 선배만 만나볼 수 있게 되었습니다.

서류 전형에 합격한 3개의 회사에 대한 사전 정보가 모두 동일하다고 가정할 때, 어떤 선배를 만나보고 싶은가요?

넷째, 조절초점-조절전략의 일치 여부를 조작하였다. 일치는 향상초점-열망전략, 예방초점-경계전략 조합이고, 상충은 향상초점-경계전략, 예

방초점-열망전략 조합으로 구성되었다. 이를 위해서 먼저, 앞서 모의진로탐색 상황에서 실험 참여자가 선택한 선택으로부터 다음의 취업 후기를 들었다는 구직상황을 제시한 후 조절초점-조절전략 일치 여부 조작에 따라 열망후기와 경계후기를 읽도록 하였다. 참여자들은 취업 후기를 읽은 후 조절전략 활성화 글쓰기를 실시하였다. 글쓰기 과제 수행 시간은 평균 5분 정도 소요되었다. 글쓰기 작업 자체는 개인 스스로 자신의 사고와 감정에 자연스럽게 직면하게 하고 더욱 건설적인 문제 해결 기술을 사용할 수 있도록 하므로 스트레스나 부정적인 경험을 다루는 데 효과적이다(Sloan & Marx, 2004; 신선임 2013). 본 연구에서는 이러한 글쓰기 작업 그 자체에 대한 효과를 배제하기 어렵지만 이는 네 집단 모두에게 영향을 미치는 것으로 보았기에 글쓰기 과제를 실시하였다. 글쓰기 과제를 마친 후, 실험 참여자들이 본 실험 상황을 얼마나 잘 이해하고, 충실하게 노력하였는지 확인하기 위해 조작 점검(manipulation check)을 실시하였다. 구체적인 문항은 “귀하는 제시된 글쓰기 상황에 몰입되었습니까?”으로 5점 척도(1=전혀 몰입되지 않았다, 5=매우 몰입되었다)로 평가하도록 하였다.

다섯째, 앞서 모의진로선택 상황에서 연구자가 임의로 실험 참여자들에게 서류 심사에 합격한 회사 3개(최 선호 직업 중 1개, 차 선호 직업 중 1개, 선호하지 않는 직업 중 1개)를 제시하였다. 실험 참여자들은 이 중에서 최종적으로 면접을 볼 단 하나의 회사를 선택하는 최종 직업 선택 과제를 수행하였다. 구체적인 지시 내용은 <표 15>와 같다.

<표 15> 최종 직업 선택 지시문

축하합니다! 서류심사에 합격했던 3군데 모두 1차 면접에 합격하였습니다. 이제 최종 면접만을 남겨두고 있는데 안타깝게도 3군데의 최종 면접일이 겹쳐서, 단 1군데에서만 면접을 볼 수 있습니다. 어느 회사에 응시하시겠습니까?

최종 선택 직업 : _____

여섯째, 최종 직업 선택 후 실험 참여자들의 정서, 인지 반응을 확인하였다. 먼저 정서 반응의 변화를 알아보기 위하여 SAM과 PANAS 검사를 다시 실시하였다. 정서 반응 측정 전에 최종 직업 선택 상황에 몰입할 수 있도록 “방금 전 최종 면접을 볼 회사를 선택하였습니다. 이 회사를 선택했다는 것은, 나머지 2개의 회사 입사 지원을 포기했다는 의미입니다. 10초간 눈을 감고, 자신의 선택을 다시 한 번 떠올려 주시기 바랍니다. 10초 후 다음으로 넘어가 주세요.”라는 지시문을 제시하였고, 정서 반응의 변화를 측정하기 위한 척도의 지시문도 실험 상황과 절차에 맞도록 일부 수정하여 제시하였다. 예를 들어, 조절초점 조작 후의 지시문은 “미래의 내가 쓴 글을 읽은 후 현재 당신이 느끼는 기분의 정도를 가장 잘 나타낸 곳”으로 안내하였고, 최종 직업 선택 후 지시문은 “최종 직업 선택 후 현재 당신이 느끼는 기분의 정도를 가장 잘 나타낸 곳”으로 수정하여 사용하였다. 또한 Higgins(2000)가 조절초점이론에서 주요 정서로 제시한 불안과 우울을 확인하기 위하여 최종 직업 선택 후 MAACL(Multiple Affect Adjective Check List) 검사를 실시하였다. 이 검사 또한 “단어들이 나타내는 감정이 최종 직업 선택 후 현재 자신과 얼마나 일치하는지”로 지시문을 수정하였다. 다음으로 인지 반응을 확인하기 위하여 Freitas & Higgins(2002)와 Cesario, Grant & Higgins(2004)의 연구에서 사용한 문항을 번안하여 사용하였다. 실험 참여자들이 최종 직업 선택 후 자신의 진로선택에 대해 얼마나 확신을 가지고 있는지, 자신의 선택에 대해 얼마나 잘한 결정이라고 생각하는지에 대해 7점 척도로 물었다. 또한 직업선택과제가 끝난 후 실험 참여자들의 주의편향 정도와 기억량을 확인하기 위하여 정서 스트룹 과제와 자유회상과제를 실시하였다. 정서 스트룹 과제는 서로 다른 색깔로 적혀진 단어(예, 빨간색으로 적혀 있는 ‘탈락’, 파란색으로 적혀 있는 ‘좌절’)을 보고, 단어의 의미가 아닌 색깔을 가능한 빨리 응답하도록 하는 것으로, 본 연구에서는 실험 참여자에게 컴퓨터 화면을 통해 총 40개의 단어(한 줄에 8개 단어, 총 5줄 제시)를 제시한 후 그 응답 내용을 컴퓨터 wav 음성파일로 저장하였고, 실험 참여자의 응답 시간을 측정하였다. 본 연구는 이아라(2013)가 개발

한 정서 스트룹 과제를 사용하였다. 자유회상과제는 실험 참여자들이 모의진로탐색 상황에서 선택한 선배의 취업 후기 내용 중 기억나는 정보를 자유롭게 적도록 하였다.

이상의 모든 실험 절차가 끝난 후 디브리핑을 실시하였다. 실험 참여자들에게 연구의 주제, 목적, 가설을 설명하였고, 실험으로 인해 불편했던 점은 없는지 확인하였고, 참여자의 질문이 있는 경우 응답하였다. 이와 같은 오프라인 실험 시간은 평균 40분 정도 소요되었다.

4. 자료분석

본 연구의 자료 분석은 다음과 같이 이루어졌다.

첫째, 집단 간 사전 동질성을 확인하였다. 특성불안, 우울 검사와 함께 SAM 검사로 측정된 호감도, 각성도, 통제감 그리고 PANAS 검사로 측정된 정적정서, 부적정서 마지막으로 조작단어폭과제를 통한 작업기억용량 측정치에 대한 집단 간 차이는 독립표본 t-test를 통해 분석하였다.

둘째, 조절초점(향상초점, 예방초점) 활성화 조작이 잘 이루어졌는지 점검하기 위하여 조절초점 활성화 조작 전후로 SAM, PANSA 검사를 실시하여 조작 전에 비해 조작 후 변화가 있는지 확인하였다. 사전-사후 관찰 점수 차이는 대응표본 t-test를 사요하였고, 집단 간 차이는 독립표본 t-test, 관찰 시점에 따른 정서 반응의 집단 간 차이는 반복측정분산 분석을 통해 분석하였다.

셋째, 조절초점 활성화 조작을 통해 향상초점과 예방초점을 활성화하였고, 각 조절초점 활성화 상태 안에서 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 정서 및 인지적 반응의 차이를 살펴보았다. 먼저, 정서적 반응 차이를 확인하기 위해 SAM(호감도, 각성도, 통제감) 검사 점수, PANAS(정적정서, 부적정서) 검사 점수, MAACL(불안, 우울, 적의) 점수를 바탕으로 독립표본 t-test를 사용하여 분석하였다. 다음으로 인지적 반응의 차이를 확인하기 위해 최종 직업 선택에 대한 확신도와 올바른 수준, 주의편향 정도, 직업 정보에 대한 기억량의 차이를 독립표본 t-test를 사용하여 분석하였다.

모든 자료 분석에는 SPSS 21.0 프로그램을 사용되었다.

IV. 연구결과

1. 결과분석을 위한 자료 검토

1) 사전 동질성 검증

본 연구는 조절초점-조절전략 일치 여부가 진로 선택에 대한 심리적 적응에 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 이를 위해 먼저, 조절초점(향상초점, 예방초점) 활성화 조작에 따른 두 집단이 사전에 동질한 집단임을 확인할 필요가 있다. 본 연구에서는 종속변인에 영향을 줄 것으로 예상되는 특성불안, 우울, SAM 척도를 사용한 정서반응(호감도, 각성도, 통제감), PANAS 척도를 사용한 정서반응(정적정서, 부정적정서), 작업 기억용량 정도에서 집단 간 차이가 나타나는지 살펴보고자 독립표본 t-test를 실시하였다. 그 결과 두 집단 간 모든 변인에 대하여 통계적으로 유의한 차이가 없었다($p>.05$). 따라서 두 집단은 동질한 집단임을 가정할 수 있다(표 16).

<표 16> 사전 측정치에 대한 집단 차이 검증 결과

	집단	N	사전				
			M	SD	df	t	Sig.
특성불안	향상초점	60	47.57	12.56	118	-.55	.586
	예방초점	60	48.78	11.81			
우울	향상초점	60	10.17	7.57	118	-.66	.509
	예방초점	60	11.08	7.57			
SAM	호감도	60	4.13	1.54	118	-.78	.437
		60	4.33	1.26			
	각성도	60	3.32	1.35	118	-.45	.652
		60	3.43	1.48			
	통제감	60	4.10	1.52	118	.24	.811
		60	4.03	1.54			

PANAS	정적정서	항상초점	60	24.32	7.24	118	-.82	.413
		예방초점	60	25.38	6.98			
	부적정서	항상초점	60	19.85	8.00	118	-.17	.862
		예방초점	60	20.12	8.78			
작업기억용량		항상초점	60	4.20	1.28	107	.84	.402
		예방초점	60	4.00	1.25			

2) 조절초점 활성화 조작 확인

본 연구는 피험자에게 상황적 조절초점(항상초점, 예방초점)을 유도하기 위해서 항상초점 활성화 조작 집단에는 이득 성취 조건의 게임과 시나리오 자극을 제시하였고, 예방초점 활성화 조작 집단에는 손실 회피 조건의 게임과 시나리오 자극을 제시하였다. 조절초점 활성화 조작 이후 정서(SAM, PANAS) 반응이 실험 전에 비해 변화가 있는지를 살펴봄으로써 활성화 조작이 제대로 이루어졌는지 확인하였다. 이를 위해 전체 피험자를 대상으로 사전, 조절초점 활성화 조작 직후, 최종직업선택 직후 총 3번에 걸쳐 실시 SAM, PANAS 검사를 실시하고 집단 간 차이를 독립표본 t-test와 반복측정분산분석을 통해 분석하였다. 관찰 시점에 따른 정서반응 평균과 표준편차는 <표 17>과 같다.

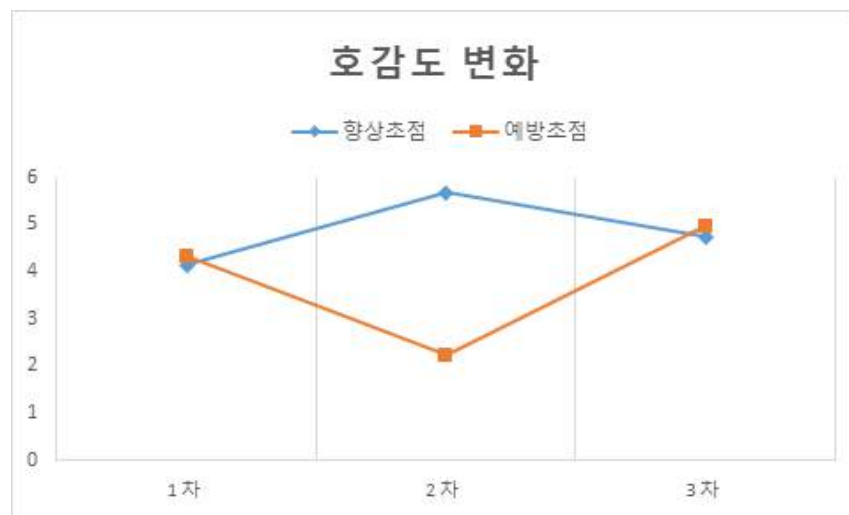
<표 17> 시점에 따른 정서 반응의 평균과 표준편차

		N	1차		2차		3차	
			M	SD	M	SD	M	SD
호감도	항상초점	60	4.13	1.54	5.67	1.20	4.73	1.10
	예방초점	60	4.33	1.26	2.22	1.04	4.97	1.21
각성도	항상초점	60	3.32	1.35	3.57	1.77	3.60	1.55
	예방초점	60	3.43	1.48	5.08	1.37	2.95	1.29
통제감	항상초점	60	4.10	1.52	5.30	1.39	4.53	1.28
	예방초점	60	4.03	1.54	2.30	1.45	4.85	1.35
정적정서	항상초점	60	24.32	7.24	34.30	8.34	28.22	8.74
	예방초점	60	25.38	6.97	17.35	5.21	30.98	8.61
부적정서	항상초점	60	19.85	8.00	18.18	6.16	20.32	6.34
	예방초점	60	20.12	8.78	34.33	9.41	19.07	7.40

* Note: 1차 - 사전/ 2차 - 조절초점 활성화 조작 후 / 3차 - 최종직업선택 후

(1) 호감도

SAM 검사는 얼굴자극을 활용하여 호감도, 각성도, 통제감을 측정한다. 호감도는 점수가 높을수록 긍정정서를, 점수가 낮을수록 부정정서를 느끼고 있음을 의미한다. 조절초점 활성화 조작 전의 두 집단의 호감도 평균은 4.13($SD=1.54$)과 4.33($SD=1.26$)로 차이가 거의 없으나 조절초점 활성화 조작 후에는 향상초점 활성화 조작의 경우 호감도 평균이 5.67($SD=1.20$)로 증가하였고, 예방초점 활성화 조작의 경우 호감도 평균이 2.22($SD=1.04$)로 감소하였다(표 16). 예컨대, 향상초점 활성화 조작의 경우는 조작 전에 비해 조작 후 호감도에서 긍정적인 정서반응을 나타냈고, 예방초점 활성화 조작의 경우 조작 전에 비해 조작 후의 호감도 반응이 부정적으로 변화하였다.



[그림 6] 검사 시점에 따른 호감도 변화

이러한 호감도의 변화 양상이 조절초점 조작에 따라 유의미한 차이가 나타나는 것인지 검증하기 위하여 다요인 반복측정분산분석을 사용하였다. 그 결과는 <표 18>과 같다.

결과 해석에 앞서 동질성 검증과 구형성 검증을 실시하였다. 먼저, 동질성 검증 결과 p 값(.324)이 충분히 크므로 집단 간 분산 구조는 동일하

다고 볼 수 있다. 다음으로 Mauchly의 구형성 검증 결과 p 값(.577)이 충분히 크기 때문에 자료가 구형성 가정을 만족한다고 판단하였다.

<표 18> 호감도 변화에 따른 반복측정분산분석 결과

분산원	제곱합	자유도	평균제곱	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
집단 내					
시간	51.62	2	25.81	19.03	.000***
시간*조절초점	268.91	2	134.45	99.11	.000***
오차(시간)	320.14	236	1.36		
집단 간					
조절초점	91.00	1	91.00	48.97	.000***
오차	219.31	118	1.86		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

첫째, 조절초점 조작에 따라 호감도의 수준 차이를 통계적 검정 결과로 확인해 보았다. F 값이 48.08, 유의확률 .000으로 나타나 조절초점 조작 따라 호감도의 정도가 유의하게 달라지는 것으로 나타났다. 즉, 향상초점 활성화 조작과 예방초점 활성화 조작에 따라서 호감도 수준의 차이가 있음을 의미한다. 둘째, 조작 시점에 따른 조절초점 조작 간 호감도 차이는 F 값 10.03, 유의확률 .000으로 시간의 흐름에 따라 호감도의 변화가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 즉, 시간의 흐름에 따라 호감도의 변화가 있음을 의미한다. 셋째, 집단과 각 시점에서의 호감도의 상호작용 효과에 대한 F 값은 99.11, 유의확률 .000으로 상호작용 효과가 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 넷째, 각 조작 시점에서 집단 간 호감도에서 유의미한 차이가 나타나는지 확인하기 위하여 t -test를 실시하였다. 그 결과는 <표 19>와 같다. 조절초점 활성화 조작 직후의 향상초점 활성화 상태와 예방초점 활성화 상태 간 호감도 수준이 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 향상초점 활성화 상태는 예방초점 활성화 상태에 비해 통계적으로 유의미하게 호감도가 높게 나타났다.

<표 19> 조작 시점에 따른 호감도 수준에 대한 t-test 결과

시점	집단	N	M	SD	df	t	Sig.
1차	항상초점	60	4.13	1.54	114	-.781	.437
	예방초점	60	4.33	1.26			
2차	항상초점	60	5.67	1.20	118	16.79	.000***
	예방초점	60	2.22	1.04			
3차	항상초점	60	4.73	1.10	118	-1.106	.271
	예방초점	60	4.97	1.21			

* Note: 1차 - 사전/ 2차 - 조절초점 활성화 조작 후 / 3차 - 최종직업선택 후

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

(2) 각성도

SAM 검사에서의 각성도는 점수가 높을수록 정서의 각성 정도가 높음을 뜻한다. 조절초점 활성화 조작 전의 두 집단의 각성도 평균은 3.32($SD=1.35$)과 3.43($SD=1.48$)로 차이가 거의 없으나 조절초점 활성화 조작 후에는 예방초점 활성화 조작의 경우 각성도 평균이 5.08($SD=1.37$)로 증가하였다(표 17). 예컨대, 항상초점 활성화 조작의 경우는 조작 전에 비해 조작 후 각성도 수준의 변화가 없었으나 예방초점 활성화 조작의 경우 조작 전에 비해 조작 후의 각성도 수준이 높아졌다.



[그림 7] 검사 시점에 따른 각성도 변화

각성도의 경우, 변화 양상이 조절초점 조작에 따라 유의미한 차이가 나타나는지를 검증하는 다요인 반복측정분산분석은 실시하지 않았다. 등분산성, 구형성 가정을 만족하지 않았기 때문이다. 이에 조절초점 활성화 조작 직후의 각성도 수준의 유의미한 차이가 나타나는지 확인하기 위하여 t-test를 실시하였다. 그 결과, 사전조사 시에는 두 집단 간 각성도 차이가 나타나지 않았으나 조절초점 조작 직후의 각성도 수준은 항상초점 활성화 상태와 예방초점 활성화 상태 간에 유의한 차이가 나타났다(표 20). 예방초점 활성화 상태가 항상초점 활성화 상태에 비해 각성도 수준이 통계적으로 유의하게 높았다.

<표 20> 조작 시점에 따른 각성도 수준에 대한 t-test 결과

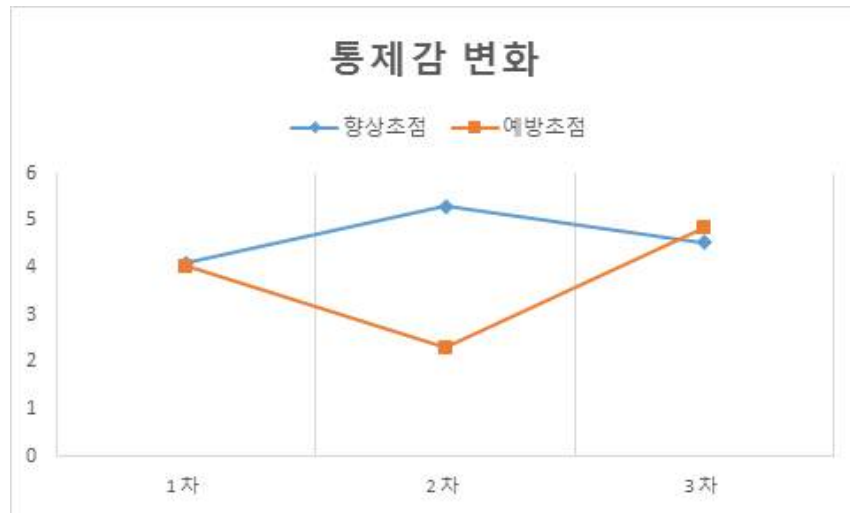
시점	집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
1차	항상초점	60	3.32	1.35	118	-.452	.652
	예방초점	60	3.43	1.48			
2차	항상초점	60	3.57	1.77	118	-5.25	.000***
	예방초점	60	5.08	1.37			
3차	항상초점	60	3.60	1.55	118	2.49	.014*
	예방초점	60	2.95	1.29			

* Note: 1차 - 사전/ 2차 - 조절초점 활성화 조작 후 / 3차 - 최종직업선택 후

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

(3) 통제감

SAM 검사에서의 통제감은 점수가 높을수록 지각하는 통제감의 정도가 높음을 의미한다. 조절초점 활성화 조작 전의 두 집단의 호감도 평균은 4.10($SD=1.52$)과 4.03($SD=1.54$)로 차이가 거의 없으나 조절초점 활성화 조작 후에는 항상초점 활성화 조작의 경우 통제감의 평균이 5.30($SD=1.39$)로 증가하였고, 예방초점 활성화 조작의 경우 평균이 2.30($SD=1.45$)로 감소하였다(표 16). 예컨대, 항상초점 활성화 조작의 경우는 조작 전에 비해 조작 후에 통제감 수준이 높아졌고, 예방초점 활성화 조작의 경우 조작 전에 비해 조작 후의 통제감 수준이 낮아졌다.



[그림 8] 검사 시점에 따른 통제감 변화

이러한 통제감의 변화 양상이 조절초점 조작에 따라 유의미한 차이가 나타나는 것인지 검증하기 위하여 다요인 반복측정분산분석을 사용하였다. 그 결과는 <표 21>과 같다.

결과 해석에 앞서 동질성 검증과 구형성 검증을 실시하였다. 먼저, 동질성 검정 결과 p 값(.601)이 충분히 크므로 집단 간 분산 구조는 동일하다고 볼 수 있다. 다음으로 Mauchly의 구형성 검증 결과 p 값(.607)이 충분히 크기 때문에 자료가 구형성 가정을 만족한다고 판단하였다.

반복측정분산분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 조절초점 조작에 따른 두 집단 간의 통제감 수준의 차이를 통계적 검정 결과로 확인해 보았다. F 값이 25.14, 유의확률 .000으로 나타나 조절초점 조작 따라 두 집단 간 통제감의 수준이 유의한 차이가 있음이 나타났다. 둘째, 조작 시점에 따른 조절초점 조작 간 통제감 차이는 F 값 16.29, 유의확률 .000으로 시간의 흐름에 따라 통제감의 변화가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 셋째, 집단과 각 시점에서의 통제감의 상호작용 효과에 대한 F 값은 63.99, 유의확률 .000으로 상호작용 효과가 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 넷째, 각 조작 시점에서 집단 간 통제감에서 유의미한 차이가 나타나는지 확인하기 위하여 t -test를 실시하였다. 그 결과는 <표 22>와 같다. 조절초점 활성화 조작 직후의 항상초점 활성화 상태와 예방초점 활

성화 상태 간 통제감 수준이 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 항상 초점이 활성화된 상태에서는 예방초점 활성화된 상태에 비해 통계적으로 유의미하게 통제감이 높았다.

<표 21> 통제감 변화에 따른 반복측정분산분석 결과

분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F	Sig.
집단 내					
시간	50.27	2	25.14	16.29	.000***
시간*조절초점	197.52	2	98.76	63.99	.000***
오차(시간)	364.21	236	1.543		
집단 간					
조절초점	75.63	1	75.63	25.14	.000***
오차	354.91	118	3.01		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

<표 22> 조작 시점에 따른 통제감 수준에 대한 t-test 결과

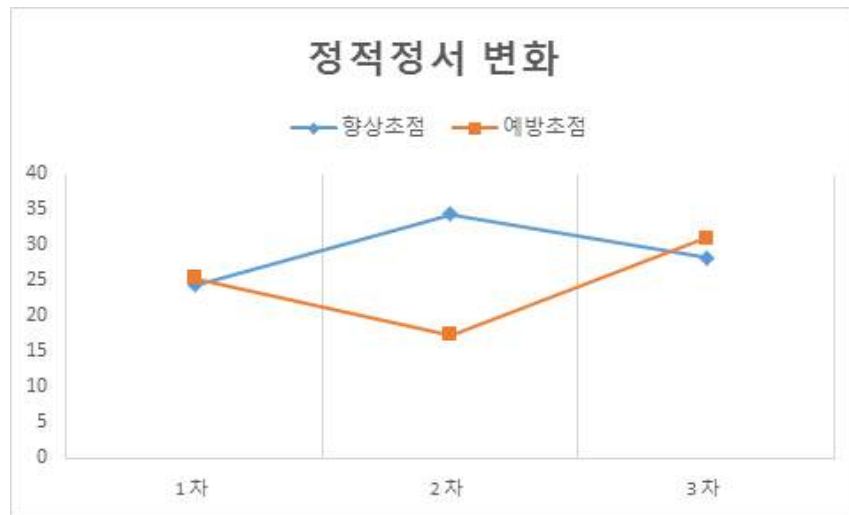
시점	집단	N	M	SD	df	t	Sig.
1차	항상초점	60	4.10	1.52	118	.239	.811
	예방초점	60	4.03	1.54			
2차	항상초점	60	5.30	1.394	118	11.541	.000***
	예방초점	60	2.30	1.453			
3차	항상초점	60	4.53	1.28	118	-1.317	.190
	예방초점	60	4.85	1.35			

* Note: 1차 - 사전/ 2차 - 조절초점 활성화 조작 후 / 3차 - 최종직업선택 후

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

(4) 정적정서

본 연구는 PANAS 검사를 사전, 조절초점 활성화 조작 직후, 최종직업선택 직후 총 3번 실시함으로써 피험자들의 정적정서의 변화를 확인하였다. 항상초점 활성화 집단의 경우, 실험 전에 비해 항상초점 활성화 직후 정적정서 평균이 24.32($SD=7.24$)에서 34.30($SD=8.34$)로 높아졌고, 예방초점 활성화 상태의 경우 실험 전 평균이 25.38($SD=6.97$)에서 17.35($SD=5.21$)로 감소하였다(표 17).



[그림 9] 시점에 따른 정적정서 변화

정적정서의 경우, 등분산성, 구형성 가정을 만족하지 않았기 때문에 조절초점 조작에 따른 변화 양상의 차이를 검증하는 다요인 반복측정분산 분석은 실시하지 않았다. 이에 조절초점 활성화 조작 직후의 정적정서 수준의 유의미한 차이가 나타나는지 확인하기 위하여 t-test를 실시하였다. 그 결과, 사전조사 시의 두 집단 간에 정적정서의 차이는 거의 없었으나 조절초점 조작 직후의 정적정서 수준은 항상초점 활성화 상태와 예방초점 활성화 상태 간에 유의한 차이가 있었다(표 23). 항상초점 활성화 상태에서의 정적정서 수준이 예방초점 활성화 상태에 비해 높았다.

<표 23> 조작 시점에 따른 정적정서 수준에 대한 t-test 결과

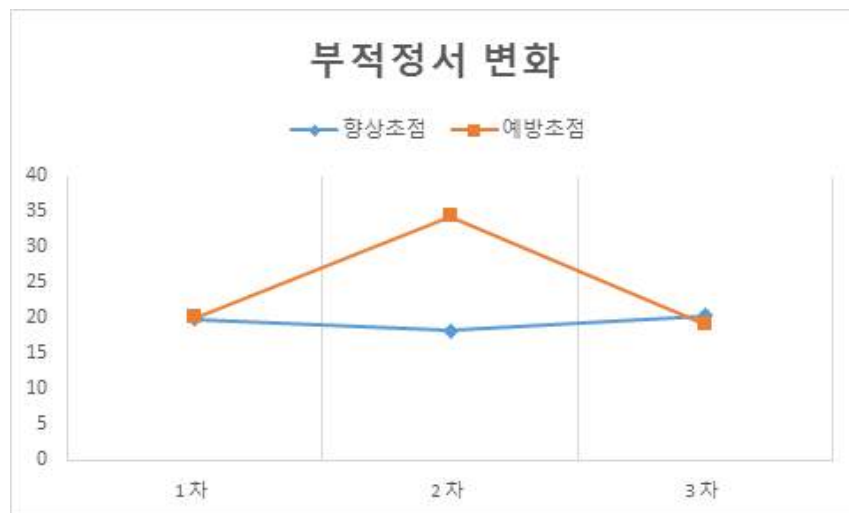
시점	집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
1차	항상초점	60	24.32	7.24	118	-.822	.413
	예방초점	60	25.38	6.98			
2차	항상초점	60	34.30	8.34	99.03	13.35	.000***
	예방초점	60	17.35	5.21			
3차	항상초점	60	28.22	8.74	118	-1.747	.083
	예방초점	60	30.98	8.61			

* Note: 1차 - 사전/ 2차 - 조절초점 활성화 조작 후 / 3차 - 최종직업선택 후

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

(5) 부적정서

항상초점 활성화 상태의 경우, 부적정서는 실험 전 평균 19.85($SD=8.00$)와 조절초점 활성화 조작 직후 평균 18.18($SD=6.16$)이 큰 차이를 보이지 않았고, 예방초점 활성화 집단의 경우는 부적정서 평균이 실험 전 20.12($SD=8.78$)에서 조작 직후 34.33($SD=9.41$)로 증가하였다(표 16).



[그림 10] 시점에 따른 부적정서 변화

이러한 부적정서 변화 양상이 조절초점 조작에 따라 유의미한 차이가 나타나는 것인지 검증하기 위하여 다요인 반복측정분산분석을 사용하였다. 그 결과는 <표 24>와 같다.

결과 해석에 앞서 동질성 검증과 구형성 검증을 실시하였다. 먼저, 동질성 검정 결과 p 값(.095)이 .05보다 크기 때문에 집단 간 분산 구조는 동일하다고 가정할 수 있다. 다음으로 Mauchly의 구형성 검증 결과 p 값(.614)이 충분히 크기 때문에 자료가 구형성 가정을 만족한다고 판단하였다.

반복측정분산분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 조절초점 조작에 따른 두 집단 간의 부적정서 수준의 차이를 통계적 검정 결과로 확인해 보았다. F 값이 21.49, 유의확률 .000으로 나타나 조절초점 조작 따라 두 집단 간

부적정서의 수준에서 유의한 차이가 있음이 나타났다. 둘째, 조작 시점에 따른 조절초점 조작 간 부적정서의 차이는 F 값 44.49, 유의확률 .000으로 시간의 흐름에 따라 부적정서의 변화가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 셋째, 집단과 각 시점에서의 부적정서의 상호작용 효과에 대한 F 값은 75.07, 유의확률 .000으로 상호작용 효과가 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 넷째, 각 조작 시점에서 집단 간 부적정서에서 유의미한 차이가 나타나는지 확인하기 위하여 t -test를 실시하였다. 그 결과는 <표 25>와 같다. 조절초점 활성화 조작 직후의 향상초점 활성화 상태와 예방초점 활성화 상태 간 통제감 수준이 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 향상초점이 활성화된 상태에서는 예방초점이 활성화된 상태에 비해 통계적으로 유의미하게 부적정서가 낮았다.

<표 24> 부적정서 변화에 따른 반복측정분산분석 결과

분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F	$Sig.$
집단 내					
시간	3303.27	2	1651.64	44.49	.000***
시간*조절초점	5573.41	2	2786.70	75.07	.000***
오차(시간)	8760.66	236	37.12		
집단 간					
조절초점	2300.28	1	2300.28	21.49	.000***
오차					

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

<표 25> 조작 시점의 부적정서 수준에 대한 t -test 결과

시점	집단	N	M	SD	df	t	$Sig.$
1차	향상초점	60	19.85	8.00	118	-.174	.862
	예방초점	60	20.12	8.78			
2차	향상초점	60	18.18	6.16	101.73	-11.12	.000***
	예방초점	60	34.33	9.41			
3차	향상초점	60	20.32	6.34	118	.994	.322
	예방초점	60	10.07	7.40			

* Note: 1차 - 사전/ 2차 - 조절초점 활성화 조작 후 / 3차 - 최종직업선택 후

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

3) 집단별 최종 직업 선택 비율

조절초점과 조절전략의 조합에 따른 최종 직업 선택 비율은 <표 26>과 같다. 향상초점이 활성화된 상태에서는 열망전략과 경계전략에 따라 조절전략을 조작한 두 집단 간의 최종 직업 선택 행동의 차이가 나타나지 않았다. 두 집단 모두 최종 직업 선택 과제 수행 시 30명 중 25명(83%)이 본인이 가장 선호하는 직업을 선택하였다. 즉, 조절초점-조절전략의 일치 여부가 최종 직업 선택 행동에 영향을 미치지 않은 것으로 보인다. 그러나 예방초점이 활성화된 상태에서는 조절전략에 따른 두 집단 간 최종 직업 선택 비율의 차이가 나타났다. 예방초점-열망전략은 총 30명 중 26명(87%)이 최선호 직업을 선택한 데 비해 예방초점-경계전략은 총 30명 중 20명(67%)만이 최선호 직업을 선택하였다. 예방초점-경계전략은 차선호 또는 포기 직업을 선택한 비율이 30%로 다른 집단에 비해 높았다. 이는 예방초점-경계전략 집단이 다른 집단에 비해 보다 안전한 선택(손실회피)을 했을 가능성이 크다고 볼 수 있다.

<표 26> 집단 간 최종 직업 선택 비율

조절초점	조절전략	일치여부	N	최선호	차선호	포기
향상초점	열망전략	일치	30	25명(83%)	4명(13%)	0명(0%)
	경계전략	상충	30	25명(83%)	4명(13%)	1명(4%)
예방초점	열망전략	상충	30	26명(87%)	3명(10%)	1명(3%)
	경계전략	일치	30	20명(67%)	7명(23%)	2명(7%)

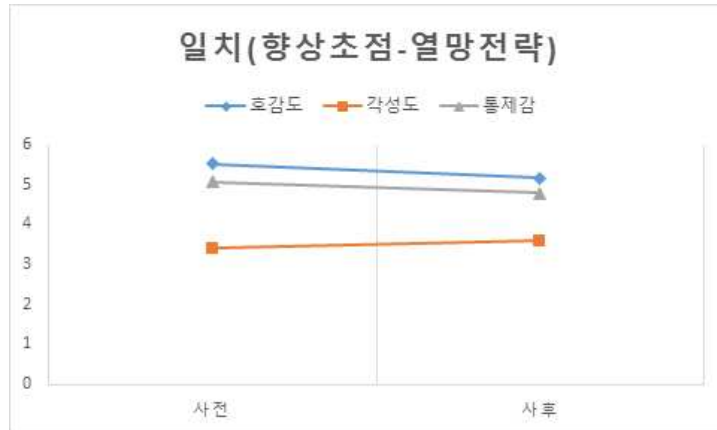
2. 연구결과 - 향상초점

다음은 진로 목표를 달성하기 위한 동기체계 중 향상초점이 활성화된 상태에서 목표 달성을 위한 수단인 조절전략(열망전략, 경계전략)과의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따라 정서, 인지 반응에 차이가 나타나는지 살펴보고자 하였다. 조절전략은 열망전략 글쓰기, 경계전략 글쓰기 과제를 수행하는 것으로 조작하였다. 조절전략-조절초점의 일치(fit) 조건은 향상초점-열망전략이고, 상충(non-fit) 조건은 향상초점-경계전략이다.

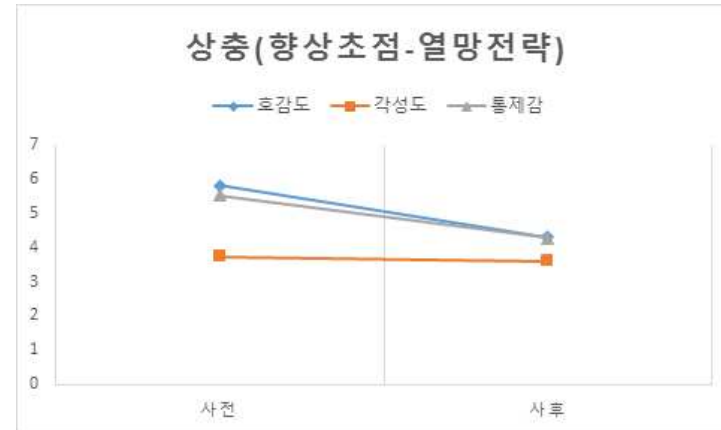
1) 정서반응

향상초점이 활성화된 상태에서 조절전략-조절초점의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따른 정서 반응의 차이를 확인하였다. SAM과 PANAS 검사는 실험 전, 조절초점 활성화 조작 직후, 최종직업선택 직후 총 3번에 걸쳐 실시하였고, 최종직업선택 직후에 MAACL(불안, 우울, 적의) 검사를 추가로 실시하였다.

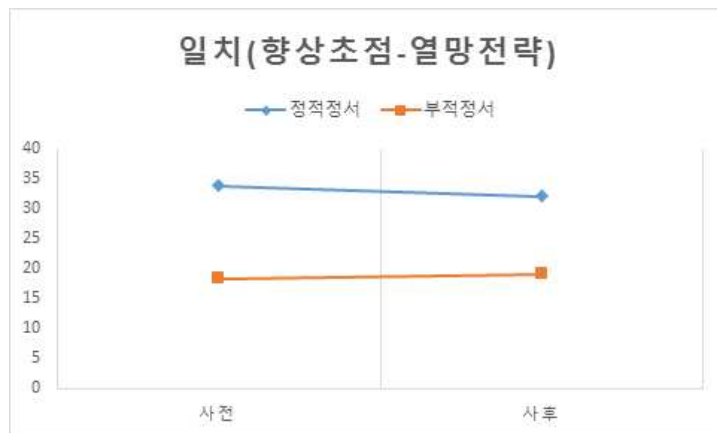
먼저, 열망전략과 경계전략 조작에 따른 사전-사후 정서 반응의 기술 통계 결과는 <표 27>과 같다. 조절초점-조절전략의 일치(향상초점-열망전략)는 전반적으로 사전-사후 차이가 거의 없는 것에 반해 상충(향상초점-경계전략)은 사전에 비해 사후에 호감도, 통제감, 정적정서가 감소하였고 부적정서가 증가하였다. 각성도에 있어서는 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 사전-사후 변화가 나타나지 않았다. 구체적으로는 다음과 같다. 먼저, 조절초점-조절전략 일치(향상초점-열망전략)의 경우는 사전-사후 정서 반응의 평균 차이가 두드러지지 않았다. 다음으로, 조절초점-조절전략 상충(향상초점-경계전략)의 경우는 조절전략 조작 전에 비해 조절전략 조작 직후에 호감도 평균이 1.5점, 각성도 평균은 0.13, 통제감 평균은 1.26 감소하였고, 조절전략 조작 후에 정적정서 평균이 10.4 감소하였고, 부적정서 평균이 3.47 증가하였다.



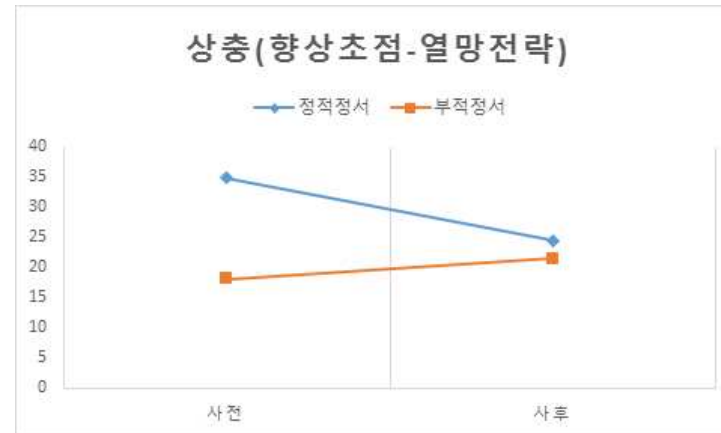
[그림 11] 조절 일치에 따른 사전-사후 정서반응 변화



[그림 12] 조절 상충에 따른 사전-사후 정서반응 변화



[그림 13] 조절 일치에 따른 정적/부적 정서반응 변화



[그림 14] 조절 상충에 따른 정적/부적 정서반응 변화

<표 27> (항상초점) 조절전략 조작 전후의 정서반응의 기술통계

측정치	일치(항상초점-열망전략)				상충(항상초점-경계전략)			
	사전(n=30)		사후(n=30)		사전(n=30)		사후(n=30)	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
호감도	5.53	1.25	5.17	1.05	5.80	1.16	4.30	.99
각성도	3.40	1.85	3.60	1.67	3.73	1.70	3.60	1.45
통제감	5.07	1.46	4.80	1.21	5.53	1.31	4.27	1.31
정적정서	33.80	8.33	32.03	8.16	34.80	8.45	24.40	7.67
부적정서	18.33	6.33	19.13	5.74	18.03	6.09	21.50	6.77

* 조절전략 조작 = 열망전략 또는 경계전략 글쓰기 과제 수행

조절초점-조절전략 일치 또는 상충 각각에서 사전-사후 정서 반응의 변화량의 차이가 통계적으로 유의미한지 검증하기 위하여 대응표본 t-test를 실시하였다(표 28). 항상초점-열망전략의 경우는 사전-사후 정서 반응의 변화량의 차이가 나타나지 않았지만 항상초점-경계전략의 경우 사전에 비해 사후 호감도, 통제감, 정적정서가 통계적으로 유의하게 증가하였고, 부적정서는 유의하게 감소하였다.

<표 28> (항상초점) 일치/상충에서의 사전-사후 정서 변화량 차이

측정치	일치(항상초점-열망전략)				상충(항상초점-경계전략)			
	n	df	t	Sig.	n	df	t	Sig.
호감도	30	29	1.34	.190	30	29	5.31	.000***
각성도	30	29	-.52	.604	30	29	.29	.772
통제감	30	29	1.07	.293	30	29	4.41	.000***
정적정서	30	29	1.35	.187	30	29	5.32	.000***
부적정서	30	29	-.65	.524	30	29	-2.43	.022*

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

조절전략에 따른 집단 간 정서 반응의 평균 차이가 통계적으로 유의미한지 검증하기 위하여 t-test를 실시하였다. 그 결과는 <표 29>와 같다. 분석 결과, 항상초점이 활성화된 상태에서 조절전략 조작 전의 정서 반응에 대한 사전 점수는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 그러므로 사후점수의 차이 검증을 위해 공분산분석이 아닌 t-test를 실시하였다. 그 결과 조절초점-조절전략 상충(항상초점-경계전략)이 일치(항

상초점-열망전략)에 비해 최종직업선택 후의 호감도와 정적정서 수준이 통계적으로 유의하게 낮게 나타났다.

다음으로, 최종직업선택 이후 조절초점-조절전략의 일치(향상초점-열망전략)와 상충(향상초점-경계전략)에 따른 불안, 우울, 적의의 평균 점수(사후점수)를 살펴본 결과는 <표 30>과 같다. 조절초점-조절전략 상충(향상초점-경계전략)이 일치(향상초점-열망전략)에 비해 우울, 적의 수준이 통계적으로 유의하게 높았다.

요약하면, 향상초점이 활성화된 상태에서는 조절초점-조절전략이 상충하는 경우가 일치하는 경우에 비해 긍정적 정서 반응인 호감도, 정적정서 수준이 통계적으로 유의미하게 더 낮은 수준으로 확인되었고, 부정적 정서 반응인 우울, 적의 수준이 통계적으로 유의미하게 더 높게 나타났다.

<표 29> 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 사전-사후 정서 반응의 차이

		집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
사전	호감도	열망전략	30	5.53	1.25	58	-.86	.395
		경계전략	30	5.80	1.16			
	각성도	열망전략	30	3.40	1.85	58	-.73	.470
		경계전략	30	3.73	1.70			
	통제감	열망전략	30	5.07	1.46	58	-1.31	.197
		경계전략	30	5.53	1.31			
	정적정서	열망전략	30	33.80	8.33	58	-.46	.646
		경계전략	30	34.80	8.45			
	부적정서	열망전략	30	18.33	6.33	58	.19	.852
		경계전략	30	18.03	6.09			
사후	호감도	열망전략	30	5.17	1.053	58	3.29	.002**
		경계전략	30	4.30	.988			
	각성도	열망전략	30	3.60	1.673	58	.00	1.000
		경계전략	30	3.60	1.453			
	통제감	열망전략	30	4.80	1.215	58	1.63	.108
		경계전략	30	4.27	1.311			
	정적정서	열망전략	30	32.03	8.160	58	3.73	.000***
		경계전략	30	24.40	7.668			
	부적정서	열망전략	30	19.13	5.740	58	-1.46	.150
		경계전략	30	21.50	6.771			

* Note: 사전 - 조절전략 글쓰기 과제 실시 전/ 사후 - 최종직업선택 후

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

<표 30> 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 불안, 우울, 적의 반응의 차이

	집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
불안	열망전략	30	28.87	15.44	58	-.72	.477
	경계전략	30	31.40	11.73			
우울	열망전략	30	48.30	26.06	58	-2.86	.006**
	경계전략	30	66.93	24.40			
적의	열망전략	30	53.37	16.16	58	-2.50	.015*
	경계전략	30	63.53	15.40			

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

2) 인지반응

본 연구에서는 향상초점 활성화 집단 내에서 조절전략-조절초점의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따른 인지 반응을 살펴보기 위하여 자신의 진로 선택에 대한 확신도와 올바른 정도를 확인하였고, 스트룹(STROOP) 과제를 통해 주의 편향을, 자유회상 검사를 통해 기억량의 차이를 비교하였다. 향상초점이 활성화된 상태에서 조절전략에 따라 최종 진로선택 후 자신의 진로선택에 대한 인지 반응에 대한 차이가 나타나는지 확인하고자 t-test를 실시하였다(표 31).

<표 31> (향상초점) 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 인지 반응의 차이

	집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
확신도	열망전략	30	5.43	1.305	58	3.01	.004**
	경계전략	30	4.30	1.601			
올바름	열망전략	30	5.60	1.192	58	.97	.336
	경계전략	30	5.33	.922			
주의편향 (반응시간)	열망전략	25	28.98	6.46	48	-.551	.584
	경계전략	25	29.86	4.74			
기억량	열망전략	30	7.03	2.606	52	1.028	.309
	경계전략	30	6.43	1.851			

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

그 결과, 첫째 조절초점-조절전략 일치(향상초점-열망전략)가 상충(향상초점-경계전략)에 비해 최종 직업 선택에 대한 확신 정도가 통계적으로 유의하게 높았다. 올바른 정도는 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 유의한 차이가 없었다. 둘째, 조절전략-조절초점의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따라 정보 인지 처리가 달라지는지 확인하기 위하여 진로와 관련된 위협적 자극을 사용하여 정서 스트룹 과제를 제시하고 반응 시간의 차이를 분석한 결과, 조절초점-조절전략의 일치(향상초점-열망전략)가 상충(향상초점-경계전략)에 비해 정서 스트룹 과제에 반응하는 시간이 평균 0.88초 빨랐다. 이는 일치가 상충에 비해 위협적 단어에 대해 더 적은 주의 편향을 나타냈음을 뜻한다. 그러나 t-test 결과 이러한 차이가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 셋째, 피험자들이 최종 직업 선택 후 자유회상을 통해 기억한 정보 중에서 정확하게 회상한 정보의 수로 기억량을 측정하였다. 피험자가 기억한 정보의 정확성을 평가하기 위해 연구자를 제외한 상담 전공 박사 수료자 4인의 평정을 거쳤다. 기억량 평정과정은 피험자가 최종 직업 선택 전에 읽은 취업 후기 내용을 의미 단위로 분리하여 번호를 매긴 후 응답자가 작성한 문장 중에 취업 후기 내용 중 몇 개의 의미 단위가 포함되어 있는지를 평정하였다. 그 결과 기억량에서 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

요약하면 향상초점이 활성화된 상태에서의 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 인지 반응의 차이는 자신의 진로 선택에 대한 확신도 수준에서만 일치가 상충에 비해 통계적으로 유의하게 높았고, 올바른, 주의편향, 기억량 수준에서는 차이가 나타나지 않았다.

3. 연구결과 - 예방초점

진로 목표를 달성하기 위한 동기체계 중에서 예방초점이 활성화된 상태에서 목표 달성을 위한 수단인 조절전략(열망전략, 경계전략)과의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따라 정서, 인지 반응에 차이가 나타나는지 살펴해보았다. 조절전략은 열망전략 글쓰기, 경계전략 글쓰기 과제를 수행하는 것으로 조작하였다. 조절전략-조절초점의 일치(fit) 조건은 예방초점-경계전략이고, 상충(non-fit) 조건은 예방초점-열망전략이다.

1) 정서반응

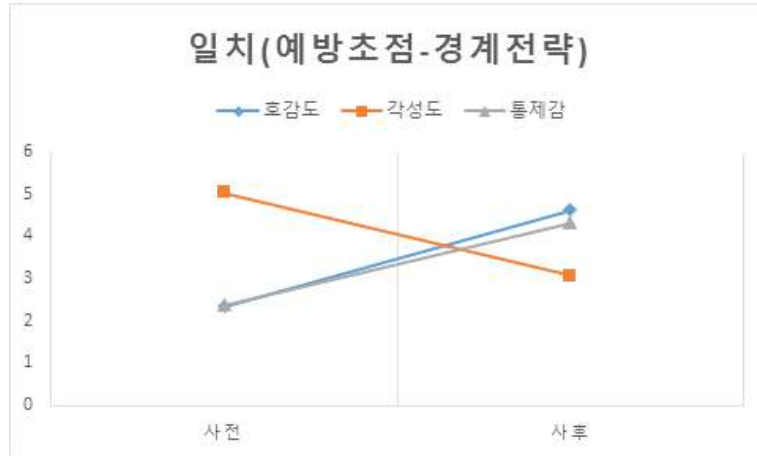
예방초점이 활성화된 상태에서 조절전략-조절초점의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따른 정서 반응의 차이를 확인하였다. SAM과 PANAS 검사는 실험 전, 조절초점 활성화 조작 직후, 최종직업선택 직후 총 3번에 걸쳐 실시하였고, 최종직업선택 직후에 MAACL(불안, 우울, 적의) 검사를 추가로 실시하였다. 먼저, 열망전략과 경계전략 조작에 따른 사전-사후 정서 반응의 기술통계 결과는 <표 32>와 같다.

<표 32> (예방초점) 조절전략 조작 전후의 정서반응의 기술통계

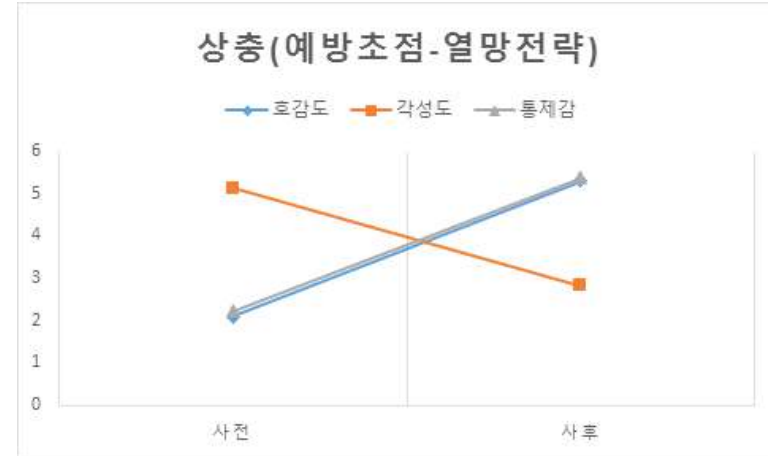
측정치	일치(예방초점-경계전략)				상충(예방초점-열망전략)			
	사전(n=30)		사후(n=30)		사전(n=30)		사후(n=30)	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
호감도	2.33	.99	4.63	1.25	2.10	1.09	5.30	1.09
각성도	5.03	1.22	3.07	1.31	5.13	1.53	2.83	1.29
통제감	2.37	1.38	4.33	1.45	2.23	1.55	5.37	1.03
정적정서	17.10	4.94	28.20	7.60	17.60	5.54	33.77	8.7
부적정서	33.93	9.26	21.47	8.60	34.73	9.70	16.67	5.06

* Note: 사전 - 조절전략 글쓰기 과제 실시 전/ 사후 - 최종직업선택 후

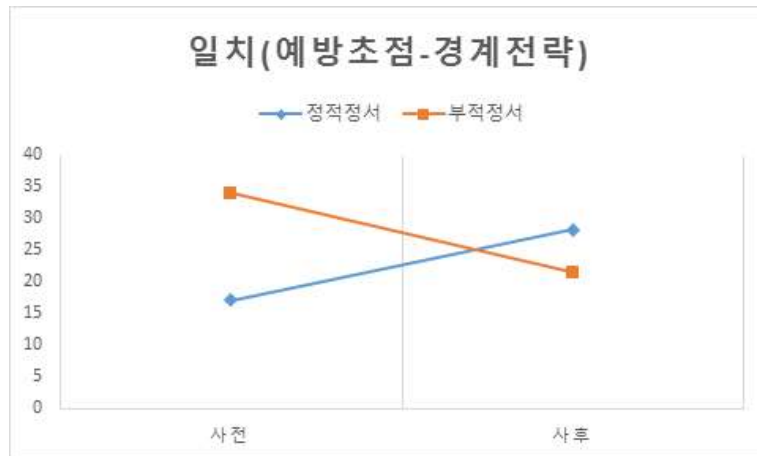
* 조절전략 조작 = 열망전략 또는 경계전략 글쓰기 과제 수행



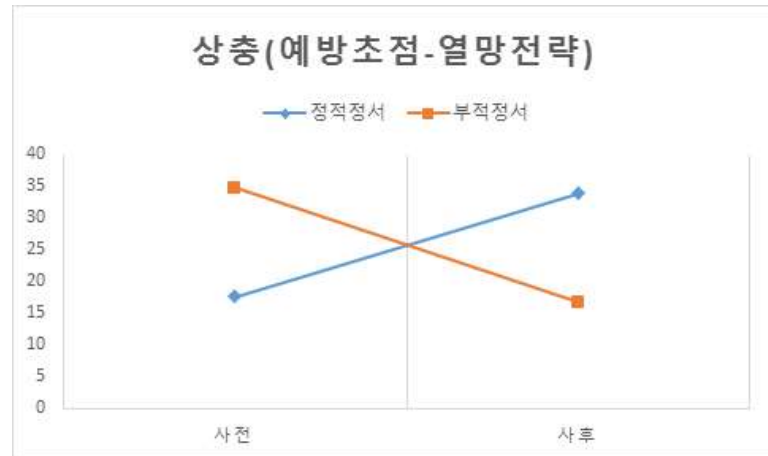
[그림 15] 조절 일치에 따른 사전-사후 정서반응 변화



[그림 16] 조절 상충에 따른 사전-사후 정서반응 변화



[그림 17] 조절 일치에 따른 정적/부적 정서반응 변화



[그림 18] 조절 상충에 따른 정적/부적 정서반응 변화

조절초점-조절전략 일치(예방초점-경계전략)의 경우, 사전에 비해 사후의 호감도, 통제감, 정적정서 평균이 증가했고, 각성도, 부정적정서 평균 점수는 감소하였다. 구체적으로 살펴보면, 조절전략 조작 전에 비해 조작 후의 호감도 평균 점수 2.3, 통제감 평균 1.96, 정적정서 평균이 11.1 증가하였고, 각성도 평균 1.96, 부정적정서 평균 12.46은 감소하였다. 조절초점-조절전략 상충(예방초점-열망전략)의 경우는 조절전략 조작 전에 비해 조절전략 조작 직후에 호감도 평균 3.2점, 정적정서 평균이 16.17 증가했고, 각성도 평균 2.3, 통제감 평균 3.14, 부정적정서 평균 18.06이 감소하였다.

조절초점-조절전략 일치, 상충 각각에서 사전-사후 정서 반응의 변화량의 차이가 통계적으로 유의미한지 검증하기 위하여 대응표본 t-test를 실시하였고, 그 결과는 <표 33>과 같다. 예방초점이 활성화된 상태에서는 경계전략, 열망전략 모두 정서반응의 사전-사후 변화량이 통계적으로 유의미하게 나타났다.

<표 33> (예방초점) 일치/상충에서의 사전-사후 정서 변화량 차이

측정치	일치(예방초점-경계전략)				상충(예방초점-열망전략)			
	n	df	t	Sig.	n	df	t	Sig.
호감도	30	29	-8.89	.000***	30	29	-10.91	.000***
각성도	30	29	8.85	.000***	30	29	6.40	.000***
통제감	30	29	-5.46	.000***	30	29	-10.00	.000***
정적정서	30	29	-7.48	.000***	30	29	-9.46	.000***
부적정서	30	29	7.74	.000***	30	29	11.56	.000***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

이에 조절초점-조절전략의 일치 또는 상충이 최종 직업 선택 후 자신의 직업 선택에 대한 정서 반응에 차이를 야기하는지 확인하고자 하였다. 조절초점-조절전략 일치 또는 상충에 따른 정서 반응의 집단 간 평균 차이가 통계적으로 유의미한지 검증하기 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표 34>와 같다. 우선 예방초점이 활성화된 상태에서 조절전략 조작 전의 정서 반응에 대한 사전 점수는 통계적으로 유의한 차이가 나타

나지 않았다. 다음으로 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 사후점수의 차이를 t-test를 통해 확인해본 결과 조절초점-조절전략 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략)에 비해 최종직업선택 후의 호감도, 통제감, 정적정서 수준이 통계적으로 유의하게 낮고, 부정정서가 통계적으로 유의하게 높게 나타났다.

<표 34> 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 사전-사후 정서 반응의 차이

		집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
사전	호감도	열망전략	30	2.10	1.09	58	-.87	.391
		경계전략	30	2.33	.99			
	각성도	열망전략	30	5.13	1.53	58	.28	.780
		경계전략	30	5.03	1.22			
	통제감	열망전략	30	2.23	1.55	58	-.35	.726
		경계전략	30	2.37	1.38			
	정적정서	열망전략	30	17.60	5.54	58	.37	.714
		경계전략	30	17.10	4.94			
	부적정서	열망전략	30	34.73	9.70	58	.33	.745
		경계전략	30	33.93	9.26			
사후	호감도	열망전략	30	5.30	1.09	58	2.21	.031*
		경계전략	30	4.63	1.25			
	각성도	열망전략	30	2.83	1.29	58	-.70	.490
		경계전략	30	3.07	1.31			
	통제감	열망전략	30	5.37	1.03	52	3.18	.002**
		경계전략	30	4.33	1.45			
	정적정서	열망전략	30	33.77	8.77	58	2.63	.011*
		경계전략	30	28.20	7.60			
	부적정서	열망전략	30	16.67	5.06	47	-2.63	.011*
		경계전략	30	21.47	8.60			

* Note: 사전 - 조절전략 글쓰기 과제 실시 전/ 사후 - 최종직업선택 후

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

다음으로 최종직업선택 이후 조절초점-조절전략의 일치(예방초점-경계전략)와 상충(예방초점-열망전략)에 따른 불안, 우울, 적의의 평균 점수(사후점수)를 살펴본 결과는 <표 35>와 같다. 조절초점-조절전략 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략)에 비해 불안, 우울 수준이 통계적으로 유의하게 높았다.

<표 35> 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 불안, 우울, 적의 반응의 차이

	집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
불안	열망전략	30	23.13	11.24	58	-2.10	.040*
	경계전략	30	30.13	14.36			
우울	열망전략	30	41.57	23.04	45	-2.89	.006**
	경계전략	30	66.97	42.36			
적의	열망전략	30	50.27	17.89	58	-1.12	.269
	경계전략	30	55.30	17.05			

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

요약하면, 예방초점이 활성화된 상태에서는 조절초점-조절전략이 일치하는 경우가 상충하는 경우에 긍정적 정서 반응인 호감도, 통제감, 정적 정서 수준이 통계적으로 유의미하게 더 낮은 수준을 나타냈고, 부정적 정서 반응인 부정정서, 불안, 우울 등의 수준이 통계적으로 유의미하게 더 높았다.

2) 인지반응

본 연구에서는 예방초점이 활성화된 상태에서 조절전략-조절초점의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따른 인지 반응의 차이를 살펴보기 위하여 자신의 진로 선택에 대한 확신도와 올바른 정도를 확인하였고 스트룹(stroop) 과제를 통해 주의 편향에 대한 반응시간을 측정하였으며 자유 회상 검사를 통해 기억량을 비교하였다. 예방초점이 활성화된 상태에서 조절전략에 따라 최종진로선택 후 자신의 진로선택에 대한 인지 반응의 차이가 나타나는지 확인하기 위하여 t-test를 실시하였고 그 결과는 <표 36>과 같다.

<표 36> 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 인지 반응의 차이

	집단	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>df</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
확신도	열망전략	30	5.03	1.54	58	.94	.350
	경계전략	30	4.67	1.47			
올바름	열망전략	30	5.57	1.04	58	1.67	.101
	경계전략	30	5.10	1.13			
주의편향 (반응시간)	열망전략	27	31.02	7.05	50	.74	.464
	경계전략	25	29.76	4.95			
기억량	열망전략	30	5.47	3.51	42	-2.75	.009**
	경계전략	30	7.43	1.74			

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

그 결과, 첫째 조절전략-조절초점의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따른 확신도와 올바른 정도의 차이는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 둘째, 조절전략-조절초점의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따라 정보 인지 처리가 달라지는지 확인하기 위하여 진로와 관련된 위협적 자극을 사용하여 정서 스트룹 과제를 제시하고 반응시간의 차이를 분석한 결과, 조절초점-조절전략의 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략)에 비해 정서 스트룹 과제에 반응하는 평균 시간이 1.26초 빨랐다. 이는 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략)에 비해 위협적 단어에 대해 더 적은 주의 편향을 나타냈음을 뜻한다. 그러나 t 검정 결과 두 집단 간의 이러한 차이가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 셋째, 피험자들이 최종 직업 선택 후 자유회상을 통해 기억한 정보 중에서 정확하게 회상한 정보의 수로 기억량을 측정하였다. 그 결과 조절초점-조절전략의 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략)에 비해 직업 정보에 대해 통계적으로 유의미하게 더 많은 기억량을 나타냈다.

요약하면 예방초점이 활성화된 상태에서의 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 인지 반응의 차이는 직업 정보에 대한 기억량 수준에서만 통계적으로 유의한 차이가 드러났고, 올바른, 확신도, 주의편향 수준에서는 차이가 나타나지 않았다.

V. 요약 및 논의

본 연구의 목적은 대학생의 진로의사결정 과정에서 목표 추구 행동을 조절하는 동기인 조절초점과 그 목표를 달성하기 위한 조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)이 진로결정 후 자신의 진로 선택에 대한 가치 판단에 미치는 영향을 확인하는 것이다. 먼저 연구 참여자에게 조절초점을 유도하기 위해서 조절초점 활성화 게임과 시나리오 자극을 제시하였다. 향상초점 활성화 자극으로는 이득 성취 조건을 제시하였고 예방초점 활성화 자극으로는 손실 회피 조건을 제시하였다. 이어서 조절초점-조절전략 일치(fit) 또는 상충(non-fit)을 조작하기 위해 연구 참여자에게 조절전략 활성화 글쓰기 과제를 제시하였다. 열망전략 조작은 원하는 결과를 얻기 위해서 도전해야 하는 것들에 대한 글쓰기, 경계전략 조작은 원치 않는 결과를 피하기 위해서 대비해야 하는 것들에 대한 글쓰기이다. 조절초점-조절전략의 일치(fit)는 향상초점-열망전략과 예방초점-경계전략 조합을 가르키고, 조절초점-조절전략의 상충(non-fit)은 향상초점-경계전략과 예방초점-열망전략 조합을 말한다.

조절초점 활성화 상태에 각각에서 조절초점-조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)에 따른 정서 및 인지 반응을 비교하였다. 본 연구 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

1. 향상초점 활성화 상태에서의 조절적합성 효과

본 연구 결과, 진로의사결정 과정에서 진로 목표를 달성하기 위한 동기로 향상초점이 활성화되었을 때는 목표 달성 행동 전략으로 열망전략을 사용하는 것이 경계전략을 사용하는 것 보다 진로 결정 이후 자신의 선택에 대한 정서적, 인지적 반응에 긍정적인 영향을 줄 것이라는 가설이 일부 지지되었다.

1) 조절초점-조절전략 일치 여부가 정서 반응에 미치는 영향

조절초점-조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)이 진로 선택에 대한 정서적 반응에 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 정서적 반응으로는 먼저, 조절초점-조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit) 조작 전과 최종 진업 선택 이후의 총 2회에 걸쳐 SAM 검사의 얼굴자극을 사용하여 호감도, 각성도, 통제감을 살펴보았고 PANAS 검사를 사용하여 정적정서와 부정적정서를 확인하였다. 다음으로 최종 직업 선택 후 자신의 선택에 대한 정서 반응을 확인하고자 MAACL 검사를 사용하여 불안, 우울, 적의 정도를 알아보았다.

향상초점이 활성화된 상태에서 조절전략 조작 전후로 정서 변화를 살펴보았을 때, 열망전략을 사용했을 때는 사전-사후 정서 변화폭이 거의 없었던 반면 경계전략을 사용했을 때는 최종 직업 선택 후 호감도, 통제감, 정적정서가 감소하고 부정정서가 증가하였다. 즉, 향상초점이 활성화된 상태에서 열망전략을 사용하는 것은 자신의 선택에 대한 긍정적 또는 부정적 정서 변화에 별다른 영향을 미치지 못하였으나 경계전략을 사용하는 것은 자신의 선택에 대한 정서 반응에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러므로 향상초점이 활성화된 상태에서 목표 추구 수단으로 경계전략을 사용하면 자신의 선택에 대한 불편감이 초래될 수 있음을 추측할 수 있다. 이는 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 정서 반응의 차이를 통해서도 확인할 수 있는데, 열망전략을 사용한 집단이 경계전략을 사용한 집단에 비해 최종 직업 선택 후 자신의 선택에 대한 호감도, 정적정서가 통계적으로 유의하게 높았고, 우울과 적의가 유의하게 낮았다. 이러한 결과는 조절초점-조절전략이 일치할 때가 상충할 때보다 자신의 선택에 대한 긍정적 정서 반응을 보일 것이라는 본 연구의 가설을 지지하는 결과이다.

본 연구의 결과는 조절적합성 효과를 연구한 기존 연구들의 결과와 일치한다. 고승근, 송재필, 문준연(2017)은 목표 추구 동기인 조절초점과 이를 만족시키는데 도움이 된다고 느끼는 조절전략의 일치(fit) 여부에 따

라 개인의 선호, 문제에 대한 태도 및 해결방식, 의사결정 등에 영향을 미친다고 하였다. 조절일치 여부에 따른 설득의 효과에 관한 여러 연구에서는 조절초점-조절전략이 일치할 때 광고, 제품, 브랜드, 기업 등에 대한 평가와 태도가 더욱 호의적이고 설득 효과 또한 높아짐을 밝혔다(이미영, 2007; 나준희, 최준호, 2005; Aaker and Lee, 2001; Aaker and Lee, 2006; Kirmani and Zhu, 2007; Zhao and Pechmann 2007). 또한 Higgins, Shah 그리고 Friedman(1997)은 조절초점-조절전략의 일치 여부에 따라 주로 민감하게 지각하는 정서의 차원과 그 강도가 다르다고 하였고, 향상초점은 ‘즐거움-우울’, 예방초점은 ‘안도감-불안’과 밀접하게 관련이 있다고 설명하였다. 본 연구 결과는 이를 뒷받침 한다. 향상초점이 활성화된 상태에서는 조절초점-조절전략이 일치(향상초점-열망전략)할 때가 상충(향상초점-경계전략)에 비해 즐거움(호감도, 정적정서)이 높았고, 우울이 더 낮게 나타났다.

앞선 연구들은 비록 진로의사결정 관련 연구들은 아니지만 인지적 정보처리 접근에서 개념화한 인지적 정보처리 피라미드의 초인지 영역의 기능이 스스로를 설득하는 과정이라 볼 때 이 연구들의 결과들로부터 다음의 시사점을 도출할 수 있을 것 같다. 예컨대 진로 목표를 추구하는 동기와 목표를 달성하기 위한 행동 전략이 일치(fit)할 때, 자신의 결정이 ‘옳고 바람직하다는 느낌(feel right)’을 가질 수 있고 즉, 스스로를 효과적으로 설득할 수 있고, 자신의 선택 결과에 대해 보다 긍정적인 태도를 형성할 수 있을 것이다. 자신의 결정이 ‘옳고 바람직하다는 느낌(feel right)’을 경험하는 것이 효과적인 진로문제 해결이라고 간주한다면 이후의 진로몰입이나 직업적응에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예상할 수 있다. 이러한 조절적합성 효과는 인지부조화(Cognitive dissonance) 이론으로도 설명할 수 있다. 인지부조화 이론에 따르면 개인이 가지고 있는 신념, 생각, 태도와 행동 간의 부조화가 심리적 불편감을 유발한다. 이러한 심리적 불편감을 해소하기 위해 인간은 보통 그들의 이전 태도나 초기의 결정, 또는 어떤 대안 수용에 부합하는 정보를 선택적으로 탐색하고 받아들이는 경향이 있다(Dickerson, Thibodeau, Aronson, & Miller, 1992).

따라서 진로의사결정 과정에서도 진로 목표를 추구하고자 하는 동기인 조절초점 성향과 목표를 달성하기 위한 전략이 일치했을 때 자신의 진로 선택에 대해 보다 긍정적이고 바람직하다고 평가할 수 있을 것이다.

2) 조절초점-조절전략 일치 여부가 인지 반응에 미치는 영향

조절초점-조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)이 진로 선택에 대한 인지적 반응에 영향을 미치는지 확인하고자 하였다. 본 연구에서는 자신의 진로 선택에 대한 확신도, 올바른 정도와 위협적 자극에 대한 주의편향 그리고 정보에 대한 기억량으로 이를 확인하였다. 연구 결과, 향상초점-열망전략(일치)이 향상초점-경계전략(상충)에 비해 자신의 진로 선택에 대한 확신도 정도가 유의하게 높았다. 이러한 결과를 통해 향상초점-열망전략(일치)이 향상초점-경계전략(상충)에 비해 진로 선택에 대한 인지 반응에 긍정적 영향을 미칠 것이라는 두 번째 연구가설이 일부 지지되었다.

Higgins(2000)는 조절일치가 발생했을 때 사람들은 지금 자기가 하고 있는 일 즉, 목표추구행동이 보다 ‘옳고 바람직하다는 느낌(feel right)’을 경험한다고 하였다. 향상초점지향적일수록 사람들은 발전과 성취를 이루는 것에 관심이 있고 그것을 위해 자기 자신을 조절하려 하며, 긍정적인 결과(예, 좋은 성적, 합격, 건강증진)의 유·무에 민감하기 때문에 이득을 획득하려는 열망전략을 사용할 때 자신의 목표추구행동이 보다 ‘옳고 바람직하다는 느낌(feel right)’을 받는 것이다. 예를 들어, Avnet & Higgins(2006)의 연구에서는 향상초점 성향의 학생은 A학점을 얻기 위해 과제로 주어진 읽을거리 외에 자발적으로 추가 자료를 조사하여 실력을 발전시키려는 전략을 세우고 이를 실행하려고 하는 반면 예방초점 성향의 학생은 A학점을 놓치지 않기 위해 과목에서 요구하는 필수 과제를 하나도 빼놓지 않고 수행하고자 한다고 하였다. 즉 동일한 목적을 추구하지만 향상초점과 예방초점은 목적을 달성하려는 전략이 다르다는 것이다. 조절초점과 조절전략이 일치할 때 자신의 목표 추구 행동이 보다 바

람직하다고 느껴진다는 것은 다시 말하면, 조절초점과 조절전략이 상충할 때 자신의 목표 추구 행동에 확신도 수준이 상대적으로 낮을 것임을 추측할 수 있다. 본 연구 결과는 향상초점-열망전략(일치)이 향상초점-경계전략(상충)에 비해 자신의 진로 선택에 대한 확신도가 높게 나타났고, 이는 조절적합성 효과라 볼 수 있다. 그러므로 진로상담 실제에서 자신의 진로 결정에 대한 확신 부족으로 어려움을 호소하는 내담자의 경우, 먼저 진로 목표 추구 동기를 확인한 후 동기에 적합한 행동 전략을 활용할 수 있도록 개입하는 것이 자신의 선택에 대한 확신을 높이는 데 도움이 될 수 있다. 고흥월, 김계현(2008)은 심각하게 미숙한 결정자의 특성으로 진로는 결정했으나 직업에 대한 이해가 부족하고, 그 직업을 획득할만한 구체적인 전략이 없을뿐더러 실제 진로준비행동을 게을리 하는 상태를 꼽았다. 이렇듯 진로발달이 심각하게 미성숙한 ‘문제 있는 결정자’의 경우 진로의사결정 효능감 자체가 낮을 가능성이 있다. 그러므로 진로상담 실제에서 진로의사결정 효능감 향상을 위해 성공적인 진로의사결정 과정을 경험할 수 있도록 조력할 필요가 있다. 진로 목표 추구 동기를 탐색하고 그에 따른 목표 추구 행동 전략을 세워볼 수 있도록 함으로써 자신의 선택에 대한 확신도를 높여주고 이를 통해 진로의사결정에 대한 효능감을 높이는 것이 선행되어야 할 것으로 보인다.

본 연구 결과를 종합하면, 향상초점이 활성화된 상태에서는 진로 결정 후 자신의 진로 선택에 대한 정서적, 인지적 반응을 살펴보았을 때 경계 전략을 사용하는 것보다 열망전략을 사용할 때 보다 긍정적인 정서적, 인지적 반응을 확인할 수 있었다. Higgins(2000)가 주장한 조절적합성 효과를 확인할 수 있었다. 즉 이러한 결과는 진로의사결정 과정에서도 조절초점-조절전략이 일치할 때 자신의 진로 선택에 대한 긍정적 가치 판단이 이루어지는 것으로 보이므로 진로 상담에서 자신의 진로 선택에 대해 불편감을 경험하는 내담자를 조력하기 위해서는 진로 목표 추구 동기를 탐색하고 그에 맞는 목표 추구 행동 전략을 수립하고 수행할 수 있도록 개입하는 것이 효과적일 수 있다는 시사점을 제공한다.

2. 예방초점 활성화 집단에서의 조절적합성 효과

본 연구 결과, 진로의사결정 과정에서 진로 목표를 달성하기 위한 동기로 예방초점이 활성화되었을 때는 목표 달성 행동 전략으로 경계전략을 사용하는 것이 열망전략을 사용하는 것 보다 진로 결정 이후 자신의 선택에 대한 정서적 반응에 긍정적인 영향을 줄 것이라는 가설은 지지되지 않았다. 오히려 열망전략을 사용할 때가 경계전략을 사용할 때보다 긍정적인 정서 반응을 보였다. 그러나 인지 반응에서는 경계전략을 사용했을 때 직업정보에 대한 기억량이 더 많게 나타나 조절초점-조절전략이 일치하는 것이 상충할 때보다 인지적 반응에 보다 긍정적인 영향을 줄 것이라는 가설이 일부 지지되었다.

1) 조절초점-조절전략 일치 여부가 정서 반응에 미치는 영향

예방초점이 활성화된 상태에서는 조절초점과 조절전략이 일치했을 때, 최종 직업 선택 후에 호감도, 통제감, 정적정서가 증가하였고, 각성도, 부정적정서가 감소하였다. 이러한 정서 반응 결과는 조절초점과 조절전략이 상충할 때도 마찬가지였으나 상충의 경우가 일치보다 사전-사후 정서 변화폭이 더 크게 나타났다. 즉, 예방초점이 활성화된 상태에서는 자신의 선택에 대해 정서적으로 긍정적 가치 판단을 하게 만드는 데에 있어 열망전략과 경계전략 모두 효과적이지만 열망전략을 사용하는 것이 경계전략을 사용하는 것에 비해 보다 더 효과적인 것으로 보인다. 또한 조절초점-조절전략 상충이 일치에 비해 최종 직업 선택 후 자신의 선택에 대한 호감도, 통제감, 정적정서가 통계적으로 유의하게 높았고, 부정적정서, 불안, 우울이 유의하게 낮았다. 이러한 결과는 본 연구의 가설과는 정반대의 결과를 나타내는 것으로 조절초점-조절일치 상충이 오히려 일치보다 더 긍정적인 정서반응을 나타냈다. 본 연구는 조절초점 이론에 따라 예방초점이 활성화된 상태에서는 경계전략을 사용할 때 조절일치를 이루고, 조절일치가 이루어졌을 때 자신의 선택에 대한 긍정적 정서 반응을

보일 것이라는 가설을 세웠으나 본 실험 결과로는 가설과 반대의 결과가 나타났다. 이는 대상 특이성이 결과에 반영되었을 가능성을 고려해볼 수 있다. 본 연구의 대상자는 서울의 최우수 대학의 재학생(또는 휴학생)이다. 학업 최우수 대학생이 지각한 학업성취 요인을 분석한 라영안(2010)의 연구 결과 ‘목표 지향성’이 주요 요인으로 나타났다. 즉, 구체적인 목표를 설정하고 그것을 성취하려는 지향성이 학업 성취에 큰 영향을 미친다는 것이다. 이는 조절초점이론에서 설명하는 목표 추구 동기 중 향상초점의 특성과 비슷하다. 본 연구에서 효과적으로 상황적 조절초점 활성화가 이루어졌음에도 불구하고 최종 직업 선택까지 시간이 흐름에 따라 참여자들의 기질적 조절초점이 결과에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 구체적으로 향상초점이 활성화된 상태에서는 조절초점-조절전략이 일치(향상초점-열망전략)할 때 자신의 선택에 대한 정서·인지적으로 긍정적 반응이 나타났고, 조절초점-조절전략이 상충(향상초점-경계전략)할 때는 정서·인지적으로 부정적 반응이 나타났다. 즉 본 연구의 가설과 일치하는 결과가 나타났다. 그러나 이와 반대로 예방초점이 활성화된 상태에서는 정서적 반응에 있어서 본 연구의 가설과 반대 방향으로 결과가 나타났는데, 이는 비록 실험 초기에 예방초점 활성화 조작이 성공적으로 이루어졌음에도 불구하고 약 40분 간 실험이 진행됨에 따라 연구 대상자의 ‘목표 지향성’ 특성이 발휘되어 향상초점 활성화 상태에서와 동일한 결과에 이르게 되었을 가능성이 있다. 또한 학업우수 고등학생을 대상으로 자아개념, 정서, 실패내성의 관계를 살펴본 김영빈(2008)은 우수고등학교 학생들이 일반학생들에 비해 실패 상황에서 부정적인 정서를 더 크게 느끼지만 그럼에도 불구하고 더 열심히 노력하려는 의지와 계획성을 가지고 있다고 하였다. 본 연구의 대상은 한국의 최상위 대학에 입학 학생들로 열망전략을 사용하는 것보다 실패에 대비하는 경계전략을 사용할 때 상대적으로 부정적인 정서를 크게 느꼈을 가능성이 있다. 그러므로 대상 특이성에 의한 결과인지 확인해 보기 위하여 추후 연구에서는 연구 대상의 범위를 넓혀서 예방초점이 활성화 된 상태에서의 조절적합성 효과를 살펴볼 필요가 있다.

2) 조절초점-조절전략 일치 여부가 인지 반응에 미치는 영향

조절초점-조절전략의 일치(fit) 또는 상충(non-fit)이 진로 선택에 대한 인지적 반응에 영향을 미치는지 확인하고자 하였다. 본 연구에서는 자신의 진로 선택에 대한 확신도, 올바른 정도와 위협적 자극에 대한 주의편향 그리고 정보에 대한 기억량으로 이를 확인하였다. 연구 결과, 기억량에서만 집단 간 차이가 나타났다. 구체적으로 예방초점-경계전략(일치)이 예방초점-열망전략(상충)에 비해 직업 정보에 대한 기억량이 더 많았다. 이러한 결과를 통해 예방초점-경계전략(일치)이 예방초점-열망전략(상충)에 비해 진로 선택에 대한 인지 반응에 긍정적 영향을 미칠 것이라는 두 번째 연구가설이 일부 지지되었다.

먼저 예방초점이 활성화된 상태에서는 조절초점-조절전략 일치 여부에 따라 진로 선택에 대한 확신도 및 올바른 정도가 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 즉, 예방초점이 활성화된 상태에서는 조절전략의 차이가 최종 직업 선택 후 자신의 선택에 대한 인지적 가치 판단에 별다른 영향을 미치지 못한 것이다. 본 실험을 통해서는 조절전략에 따른 차이를 파악할 수가 없었는데, 구체적으로, 앞서 정서 반응에서도 살펴봐왔듯이, 예방초점이 활성화된 상태에서는 두 가지 조절전략 모두 긍정적 인지반응에 영향을 미치는 것으로 보이나 두 조절전략 중 무엇이 더 효과적인지는 확인할 수 없었다.

다음으로 위협자극에 대한 주의편향은 두 집단 간 차이가 나타나지 않았다. 진로 관련 위협적 자극에 대한 주의 편향은 주의집중과 처리를 위한 자원의 투입을 의미한다. 주의 편향은 위험도식(danger schema)에 의해 개인이 의식하지 못하는 수준에서 매우 자동적으로 일어난다(Mogg et al., 1993). 즉 이러한 주의편향은 일련의 영향력이 개인이 통제하지 못하는 수준에서 진행된다는 것을 의미하는 것으로 이러한 위협적 자극에 대한 집중과 자원배분은 진로상황에서 매우 부정적으로 작용할 수 있으므로 문제가 된다(이아라, 2013). 왜냐하면 위협적 자극에 대한 자동적

주의편향은 문제 해결에 대한 자신감을 줄이고 떨어뜨리고(Davey et al., 1992), 위협적 자극으로부터 점화되는 부정적인 사고들로 인해 혼란감을 높이기 때문에 관련된 수행의 질을 낮추기 때문이다(Sarason, Sarason, Keefe, Hayes, & Sherin, 1986). 즉 진로 관련 위협적인 자극을 접하면 이를 경계하기 위한 각성도가 높아지고 이로 인해 진로 목표 추구 행동을 수행하는 데 방해받을 수 있기에 진로몰입(career commitment)이 어려워질 수 있다. 이에 본 연구는 진로의사결정 과정에서 조절초점-조절전략의 일치 또는 상충에 따라 진로 관련 위협적 자극에 대한 자동적 주의편향이 다르게 나타날 것이라고 예상하였으나 연구 결과 두 집단 간 차이가 없었다. 이는 조절초점-조절전략 일치 여부는 불일치한 정보나 위협적 자극이 되는 부정적 정보를 입력하고 처리하고 인출하는 과정에 별다른 영향을 미치지 않는다는 것을 유추할 수 있다.

마지막으로 직업 정보 기억량은 예방초점-경계전략(일치)이 예방초점-열망전략(상충)에 비해 통계적으로 유의하게 높았다. 이는 기존의 조절적합성 효과에 대한 연구 결과와 일치한다. Higgins, Roney, Crowe 및 Hymes(1994)는 참여자들에게 향상초점과 예방초점을 점화한 후 한 조건에서는 열망전략을 사용한 인물에 관한 일화를 읽도록 하고, 다른 한 조건에서는 주의전략을 사용한 인물에 관한 일화를 기억하도록 하였다. 실험 결과, 향상초점이 점화되었을 때는 주의전략 보다 열망전략을 사용한 인물의 일화를 잘 기억한 반면, 예방초점이 점화되었을 때는 열망전략보다 주의전략을 사용한 인물의 일화를 잘 기억했다. 기억량은 정보의 의식적인 처리, 조절, 유지하는 능력을 의미한다(Baddeley & Hitch, 1974; 하승연, 2010 재인용; 이아라, 2013 재인용). 기억량은 과제 수행과 목표 행동에 긍정적인 영향을 주는 중요한 역량으로 간주된다(Graf & Mandler, 1984). 진로의사결정에서 직업정보의 탐색은 진로 목표를 추구하는 기본적인 행동전략이라고 볼 수 있는데, 기억량과 같은 인지 정보 처리 능력은 진로정보를 탐색하고 결정하며 목표 추구 행동을 수행하는데 중요한 영향을 미칠 수 있다. 본 연구 결과 예방초점-경계전략(일치)은 예방초점-열망전략(상충)에 비해 통계적으로 유의하게 더 많은 정보

의 양을 기억하고 있었다. 이는 진로상담에서 진로 목표를 추구하는 데 있어 예방초점 동기가 활성화된 내담자에는 열망전략 보다는 경계전략을 사용하도록 개입함으로써 보다 효과적으로 직업정보 탐색하고 활용하도록 조력할 수 있으리라 기대된다.

본 연구 결과를 종합하면, 예방초점이 활성화된 상태에서는 상충(예방초점-열망전략)이 일치(예방초점-경계전략)에 비해 자신의 진로 선택에 대해 보다 긍정적인 정서 반응을 보였다. 이에 반해 인지적 반응에서는 일치(예방초점-경계전략)가 상충(예방초점-열망전략)에 비해 직업 정보에 대한 기억량이 많았다. 주의편향에 있어서는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지는 않았지만 일치가 상충에 비해 부정적 정서 단어에 대한 주의편향이 적었다. 즉, 예방초점이 활성화된 상태에서는 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 정서적 반응과 인지적 반응의 결과가 상반되게 나타났다. 인지적 반응에서는 본 연구의 가설이 일부 지지되었으나 정서적 반응에서는 가설과 반대 방향의 결과가 나타난 것이다.

인지적 정보처리 접근의 Peterson, Sampson & Reardon(1991)는 의사결정은 진로의사결정 과정이 인지적 과정인 동시에 정서적인 과정이라고 하였고, 조절초점 이론의 Higgins(2000)는 조절일치가 발생했을 때 사람들은 지금 자기가 하고 있는 일 즉, 목표추구행동이 보다 ‘옳고 바람직하다는 느낌(feel right)’을 경험한다고 하였다. 두 이론의 공통점은 의사결정 과정은 인지와 정서의 상호작용의 결과임을 뜻하는 것이다. 하지만 본 연구의 결과, 예방초점이 활성화된 상태에서는 자신의 진로의사결정 과정에서 정서, 인지 반응이 일관된 방향으로 나타나지 않았기 때문에 설사 조절초점-조절전략이 일치했다고 하더라도 조절적합성 효과 즉, 자신의 결정이 ‘옳고 바람직하다는 느낌(feel right)’을 온전히 경험하기 힘든 것으로 보인다. 그러므로 예방초점이 활성화된 상태에서의 진로의사결정은 상대적으로 내적 혼란을 겪을 가능성이 더 클 것으로 보인다. 예방초점이 활성화된 상태에서는 열망전략, 경계전략 모두 정서, 인지적으로 전략 사용 전에 비해 긍정적인 효과가 있었으나 정서적으로는 열망전략이 보다 긍정적인 반응을 나타냈고, 인지적으로는 경계전략이 보다 긍정적

인 반응을 나타냈다. 이는 본 연구의 참여자들의 집단 특이성의 영향일 가능성이 있다. 본 연구의 참여자들은 한국의 최상위 대학에 입학 학생들로, 학업우수자들이 실패 상황에서 부정적 정서를 더 크게 느낀다는 김영빈(2008)의 연구 결과를 바탕으로 해석해 볼 때, 열망전략을 사용하는 것보다 실패에 대비하는 경계전략을 사용할 때 상대적으로 부정적인 정서를 크게 느꼈을 가능성이 있다. 또한 상황적 예방초점 활성화 조작이 성공적으로 이루어졌다고 하더라도 약 40분 간의 실험이 진행됨에 따라 학업우수자들의 학업 성취 요인 중 ‘목표 지향성’의 특성(라영안, 2011)이 실험 결과에 영향을 미쳐 향상초점 활성화 상태에서와 동일한 정서적 결과를 나타냈을 가능성도 고려해 볼 수 있다. 그러므로 본 연구의 표집의 한계를 극복하고 대학생의 진로 의사결정 과정에서 조절초점-조절전략 일치 여부에 따른 정서·인지적 반응의 차이를 확인하기 위한 경험적 연구가 반복될 필요가 있다. 이를 통해 자신의 진로 선택에 대한 불편감을 경험하는 국내 대학생들을 위한 효과적인 상담 개입을 개발할 수 있으리라 기대된다.

VI. 의의 및 제언

1. 연구의 의의 및 시사점

본 연구는 국내 대학생들이 자신의 진로 선택에 대한 불편감을 느끼는 현상에 관심을 가지고 선택에 대한 불편감을 초래하는 기제를 밝히고자 하였다. 즉, 자신의 진로 선택에 대한 불편감이 야기되는 과정을 Higgins(2000)의 조절초점이론(regulatory focus theory)에서 설명하는 조절적합성 효과(regulatory fit effect) 개념을 바탕으로 확인하고자 하였다.

본 연구의 의의는 진로의사결정 과정에서 진로 목표를 달성하기 위한 동기체계인 조절초점과 진로 목표 달성을 위한 행동 전략의 일치가 진로 선택에 대한 가치 판단에 영향을 준다는 것을 확인하였다는 데 있다.

먼저, 지금까지의 진로의사결정 이론은 주로 진로 미결정자를 대상으로 합리적인 의사결정을 조력하는 것이 주요 목표였기에 ‘문제 있는 진로 결정자’에 대한 개입이 상대적으로 부족하였다. 그러나 본 연구는 진로 결정 후의 자신의 선택에 대한 가치 판단에 영향을 미치는 요인에 대해 확인함으로써 진로를 결정했으나 자신의 선택에 불편감을 느끼는 ‘문제 있는 진로 결정자’에 대한 개입에 필요한 기초적인 정보를 제공한다는 점에서 의의가 있다.

또한 본 연구는 진로의사결정 과정이 인지적인 과정인 동시에 정서적인 과정이기 때문에 진로의사결정 과정의 복잡성을 충분히 이해하고 조력하기 위해서는 정서의 역할에 대해 보다 중요하게 다루어야 한다는 최근의 진로이론 및 상담에서 제기하는 논의에 동감한다. 즉 최근의 진로이론 및 행동론적 의사결정이론의 연구 결과를 바탕으로 진로의사결정 과정에서 자신의 선택에 대한 가치 판단을 이루는 데 있어 정서가 중요한 정보로 활용될 수 있다고 보았다. 이에 진로의사결정 과정에서 인지적 반응뿐만 아니라 정서적 반응에 대해서 살펴보고자 했다는 데 의의가

있다.

마지막으로 기존의 진로의사결정 이론 및 상담은 주로 개인이 이성적 사고 과정을 거쳐서 합리적인 판단을 할 수 있다는 전제 하에 합리적 의사결정을 조력하는 데 초점을 맞추고 있었다. 그러나 본 연구는 급변하는 현대사회에서는 정보 처리 체계의 한계가 있기 때문에 더 이상 객관적 평가 혹은 합리성에 초점을 맞추어서 진로의사결정을 한다는 것이 한계가 있음에 주목하였다. 효용극대화(utility maximization)를 위한 합리성을 대신하여 ‘제한된 합리성(bounded rationality)에 의하여 적당이 만족스러운 대안을 추구하는(satisfying) 것’으로 인간 행동을 묘사하고 있는 행동론적 의사결정 이론 중 하나인 조절초점이론(regulatory focus theory)을 통해서 무엇이 만족스러운 결정을 만드는데에 대한 설명을 시도하였다는 데 의의가 있다.

본 연구가 가지고 있는 진로상담에서의 종합적인 시사점은 다음과 같다. 진로상담 실제에서 자신의 선택에 대한 불편감을 호소하는 내담자에 대한 개입이 필요한 경우, 진로 목표 추구 동기와 그에 부합하는 전략을 활용할 수 있도록 조력하면 내담자가 자신의 진로 선택에 대한 긍정적 가치 판단을 내리는 데 효과가 있을 것으로 보인다. 국내 대학생들은 심각한 취업경쟁에 내몰려 진로발달과업을 충분히 수행하지 못한 채 성급하게 진로를 결정하는 경우가 있다. 국내 대졸 신입사원의 1년 내 퇴사율이 28%의 상당히 높은 비율을 나타낸다(한국경영자총협회, 2016). 이는 취업에 성공한다 하더라도 취업 후의 직업 적응을 이루지 못하는 사람들이 상당 비율로 존재함을 시사하는 것이다. 한국의 대학생들은 입시 위주의 교육과 취업난으로 인해 자신과 직업 세계에 대해 충분한 이해할 기회를 갖지 못한 채 쫓기듯 구직활동에 뛰어드는 경우가 있다. 진로상담 실제에서도 구체적인 진로 목표 없이, 방향성 없는 취업준비행동에 몰입하며 막연한 심리적 어려움을 호소하는 대학생을 흔히 발견할 수 있다. 이렇듯 진로 의사결정 과정에서 진로 목표 추구 동기에 대한 자각 없이 수단에만 집중하는 경우, 조절초점이론에서 설명하고 목표 추구 동기인 조절초점과 목표 추구 수단인 조절전략이 상충(non-fit)할 가능성이

있고 이로 인해 자신의 목표 추구 행동이 적절한가에 대한 의구심을 가질 수 있다. 이는 설사 현재 본인의 전략이 잘못되지 않았음에도 불구하고 막연히 ‘잘한 결정인가’에 대한 의문을 가지고 내적 혼란을 경험할 가능성이 있다. 그러므로 진로상담 실제에서는 먼저 내담자의 진로 목표 추구 동기를 탐색하고, 조절초점에 부합하는 조절전략을 활용할 수 있도록 개입함으로써 자신의 목표 추구 행동에 대한 ‘옳고 바람직한 느낌 (feel right)’을 경험하도록 조력할 수 있을 것이다. 개인의 진로 목표는 지속적으로 수정 가능하며, 진로 목표에 따라 목표를 추구하고자 하는 행동 동기는 달라질 수 있다. 그러므로 조절초점-조절전략의 일치로 야기되는 조절적합성 효과는 조절초점에 대한 자각에서부터 시작된다. 본 연구의 결과에 따르면 진로상담 실제에서 자신의 진로 선택에 대한 만족도를 높이기 위해서는 특정 방향으로 동기 형성을 유도하는 것이 아니라 각 개인의 목표 추구 동기에 맞는 전략을 구사할 수 있도록 개입하는 것이 효과적일 수 있을 것이다.

2. 제한점 및 후속 연구를 위한 제언

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 표집 대상의 대표성에 한계가 있다. 본 연구는 서울 소재의 단 하나의 대학교에서 실험 참여자를 모집하였기에 한국 전체의 대학생을 대표하는 표집이라고 보기에는 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 보다 다양한 대상으로 연구를 확대해 볼 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구의 결과 중 예방초점이 활성화된 상태에서는 자신의 진로 선택에 대한 정서적 반응에 있어 조절적합성 효과가 나타나지 않았다. 자신의 선택에 대한 정서적 반응에 있어서는 조절초점과 상관없이 열망전략을 사용했을 때가 경계전략을 사용할 때보다 더 긍정적인 결과를 나타냈다. 이는 본 연구 대상자의 특성에 반영되었을 가능성이 있다. 본 연구의 대상자는 서울 소재의 최우수 대학의 학생으로 실험이 진행됨에 따라 학업우수자의 주요 학업성취 특성인 ‘목표 지향성’이 연구 결과에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 그러므로 후속 연구에서는 다른 특성의 대상에게도 연구를 확대하여 진로의사결정에서의 조절적합성 효과를 확인해 볼 필요가 있을 것이다.

셋째, 본 연구는 모의진로선택 과제를 통해 최종 직업을 선택하게 한 후 진로 선택에 대한 정서, 인지적 반응을 확인하였다. 그러나 모의진로선택 과제는 실제 진로 선택과 차이가 있을 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 연구 참여자의 실제 진로 선택 과정과 내용을 확인할 수 있는 추가적인 변인들에 대한 경험적 연구가 이루어져야 할 것이다.

넷째, 정서적 반응을 측정하기 위해 사용한 SAM(Self-Assessment Manikin) 척도의 하위요인 중 각성도에 대한 집단 간 차이가 나타나지 않았다. 이는 피험자들에게 각성도 그림 자극이 이해하기 어려웠던 것으로 보인다. 그림 자극은 총 7가지로 오른쪽으로 갈수록 각성도가 높은 그림으로 간주한다. 하지만 피험자들 중 일부는 각성도 자극을 환희를 표현하는 그림으로 오해하고 질문을 하기도 했다. 그러므로 SAM 척도를 활용할 시 보다 정확한 데이터 수집을 위하여 피험자들에게 그림 자

극에 대한 설명을 해줄 필요가 있다.

넷째, 본 연구의 결과 중 예방초점이 활성화된 상태에서는 조절전략에 따른 인지적 반응의 차이가 나타나지 않았다. 이는 조절전략의 조작이 전략 간 차이를 충분히 드러내지 못했기 때문일 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 조절전략을 조작하기 위한 자극으로 최근에 조절적합성(regulatory fit)을 검증하는 연구에서 주로 이용되고 있는 메시지 프레임 조작, 단어 채우기 등의 과제를 사용하거나 개인이 의식하지 못하는 수준에서 매우 자동적으로 일어나는 과제 등을 개발하여 조절적합성 효과를 보다 정확하게 확인해 볼 필요가 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 고내숙, 유금란 (2014). 역기능적 진로사고와 정서경험 군집에 따른 진로 결정자기효능감 차이. *한국심리학회지 : 상담 및 심리치료*, 26(2), 441-458.
- 고향자, 강혜원 (2003). 부모와의 심리적 독립과 역기능적 진로사고의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(2), 277-293.
- 고향자, 김영아 (2003). 대학생 진로상담에서 인지적 정보처리접근의 유용성 고찰. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(3), 383-402.
- 고홍월, 김계현 (2008). 한국 대학생의 진로의사결정 성숙수준과 의사결정 상태와의 관계. *상담학연구*, 9(1), 147-164.
- 권석만, 권정혜, 박경애, 박재황, 오익수, 홍경자 (1998). *청소년인지상담*. 서울: 청소년대화의 광장.
- 권석만, 유성진, 정지현 (2001). 걱정이 많은 사람의 인지적 특성: 위협평가와 위협대처에서의 인지적 편향과 파국적 사고경향. *한국심리학회지: 임상*, 20(3), 467-487.
- 공윤정 (2014). 진로의사결정 과정에서 정서의 역할에 대한 탐색적 논의. *아시아교육연구*, 15(1), 27-43.
- 김계현, 고홍월, 김정은 (2013). 대학생 진로의사결정 상태의 하위유형 분석. *상담학연구*, 14(6), 3633-3652.
- 김계현, 손진희, 김선경 (1995). 서울대학교 4학년 재학생 진로계획. *학생생활 연구*, 30(1), 64-80.
- 김정은, 김승천 (2016). 대학생의 진로의사결정 유형에 따른 심리내적 특성 차이: 완벽주의, 정서조절 전략을 중심으로. *인간이해*, 37(1), 21-40.
- 김민선, 연규진 (2014). 진로결정의 어려움 관련 정서 및 성격 척도의 한국 축소판 개발 및 타당화 연구. *진로교육연구*, 27(3), 65-94.
- 김민우, 최준식, 조양석 (2011). 고려대학교얼굴표정모음집(KUFEC)과 의미분법을 통한 정서차원평정. *한국심리학회지: 일반*, 30(4),

- 1189-1211.
- 김봉환, 김계현 (1997). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 9(1), 311-333.
- 김봉환, 김병석, 정철영 (2004). **학교진로상담**. 서울 : 학지사.
- 김연중, 손은령 (2012). 대학생의 지각된 진로장벽과 진로결정자기효능감의 이차원적 진로유형과 학습행동과의 관계. *상담학연구*, 13(5), 2443-2461.
- 김영빈 (2008). **학업우수 고등학생의 학업서열 변화와 자아개념, 정서, 실패내성의 관계**. 서울대학교 박사학위논문.
- 김진숙, 김정미, 서영숙 (역) (2016). **진로상담(제6판)**. Richard S. Sharf의 Applying Career Development Theory to Counseling. 박학사.
- 나준희, 최지호 (2005). 소비자의 조절적 동기와 광고의 제시유형이 제품 태도에 미치는 영향. *광고학연구*, 16(2), 263-283.
- 라영안 (2011). **학업 최우수 대학생이 지각한 학업 성취도 촉진 요인 분석**. 서울대학교 석사학위논문.
- 라영안, 김정은 (2016). 대학생 진로타협과 진로스트레스와의 관계: 진로결정수준의 매개효과를 중심으로. *상담학연구*, 17(4), 185-203.
- 류강석, 박종철, 권성우 (2006). 소비자의 조절초점이 타협대안의 선택에 미치는 영향. *마케팅연구*, 21(4), 49-65.
- 마미영, 정태연 (2005). 청소년의 가정환경과 자기특성이 진로결정 스트레스에 미치는 영향. *미래청소년학회지*, 2, 5-15.
- 박미진, 최인화, 이재창 (2001). 고등학생의 진로결정유형에 관한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 13(1), 125-146.
- 박민지 (2017). **사무직 신입사원의 분노 표현 억제 경험에 대한 자기결정성 인식이 부적 정서, 혈압, 주의 편향에 미치는 영향**. 서울대학교 박사학위논문.
- 박선희, 박현주 (2009). 대학생의 진로스트레스와 대처방식이 진로결정수준에 미치는 영향. *한국심리학회지: 학교*, 6(1), 67-81.

- 박신영, 이동형 (2013). 진로결정수준과 대학생활적응의 관계에서 진로준비행동의 조절효과. *직업교육연구*, 32(1), 23-38.
- 박예영, 이동형 (2014). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 관계에서 구직효능감의 역할. *직업교육연구*, 33(2), 85-101.
- 박홍석, 이정미 (2016). 정적정서 부정적정서 척도 (PANAS) 의 타당화. *한국심리학회지: 일반*, 35(4), 617-641.
- 박희경, 박미자, 이정모 (2001). 작업기억 용량과 부화 및 창의성의 관계. *한국심리학회지: 인지 및 생물*, 13(4), 323-338.
- 송지은, 이정윤 (2013). 진로미결정 여대생 집단의 하위유형 연구. *상담학연구*, 14(4), 2107-2123.
- 송환웅, 여준상 (2011). 조절초점이 시뮬레이션초점 효과에 미치는 영향. *마케팅논집*, 19(3), 101-119.
- 신민숙. (2006). **고등학생의 완벽주의 및 역기능적 진로사고와 진로미결정의 관계**. 전남대학교 석사학위논문.
- 신선임 (2013). **대졸 신입사원의 자기초점 방식이 정서조절과 이직의향에 미치는 영향: 경험적 자기초점과 분석적 자기초점의 비교**. 서울대학교 박사학위논문.
- 이민규, 이영호, 정한용, 최종현, 김승현, 김용구, 이수경 (1995). 원저: 한국판 Beck 우울증 척도 표준화 연구 2: 타당화연구. *정신병리학*, 4(1), 96-104.
- 이숙정, 유지현 (2009). 여대생이 인식한 자기결정성이 진로스트레스와 진로장벽 및 진로결정 수준에 미치는 영향. *아시아여성연구*, 48(2), 35-63.
- 이아라 (2013). **진로 불확실성에 내포된 부정적 결과에 대한 수용-회피 기반 처치가 한국 대학생의 진로탐색과정에 미치는 영향**. 서울대학교 박사학위논문.
- 이아라, 이주영 (2016). 대학생의 진로결정문제에 따른 잠재집단분류 및 진로관련 정서, 인지및 행동 관련 변인들의 영향력 검증. *상담학연구*, 17(6), 241-265.

- 이재창 외 8인 (2014). **상담전문가를 위한 진로상담의 이론과 실제**. 아카데미프레스.
- 이재창 외 8인 (역) (2008). **진로발달이론을 적용한 진로상담(제4판)**. Richard S. Sharf의 Applying Career Development Theory to Counseling(4ed). 아카데미프레스.
- 이재창, 최인화. (2006). 완벽주의 및 역기능적 진로사고와 진로미결정과 의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 18(4), 853-872.
- 이재창, 최인화, 박미진 (2002). 역기능적 진로사고가 진로미결정에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(2), 401-414.
- 이재창, 최인화, 박미진 (2003). 진로사고검사의 한국 표준화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(3), 529-550.
- 이재창, 최정인. (2006). 자아정체감과 역기능적 진로사고의 관계에 관한 연구. *진로교육연구*, 19(1), 111-125.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부정적 정서 척도 (Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS) 의 타당화 연구. *한국심리학회지: 임상*, 22(4), 935-946.
- 이형국 (2010). 진로상담: 인지적 정보처리접근 중심 대학생 진로발달 증진 프로그램 개발. *상담학연구*, 11(2), 701-720.
- 이훈진 (2000). 편집증 집단의 자기 개념과 주의 및 기억편향. *심리이해*, 9(1), 77-99.
- 여준상, 송환웅 (2007). 자기조절초점과 제품유형이 비교 광고 노출에 따른 소비자 반응에 미치는 영향. *광고연구*, 겨울, 95-118.
- 장선철 (2003). **대학생의 진로결정유형화와 개인·인지 변인간의 관계 분석**. 건국대학교 박사학위논문.
- 정은이 (2007). 대학생의 일상적 창의성 및 생활 스트레스가 진로미결정에 미치는 영향. *교육방법연구*, 19, 1-20.
- 조민지 (2014). **부모의 경제적지지 철회에 대한 지각이 대학생의 역기능적 진로사고에 미치는 영향**. 서울대학교 석사학위논문.
- 조애리 (2012). **Ego identity status and confirmation bias in career**

- information search.** 서울대학교 박사학위논문.
- 천석준, 이기학 (2008). 신경증, 불안, 자기효능감 및 진로탐색행동 간의 경로모형 검증: 조절초점이론의 관점으로. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 93-110.
- 최문기 (2005). 일반인을 대상으로 한 정서정보에 따른 주의편향 효과 분석. *한국심리학회지: 인지 및 생물*, 17(2), 111-130.
- 최은영 (2011). **대학생의 진로결정유형별 특성과 진로효능감 증진 프로그램의 효과.** 숙명여자대학교 박사학위논문.
- 최진명 (2011). 부정적 사용자후기 영향력의 증감을 결정하는 요인: 조절 초점이론 시각에서. *마케팅논집*, 19(4), 239-259.
- 최진명 (2013). 조절초점 동기가 의사결정의 수단 선택에 미치는 영향. *마케팅논집*, 21(2), 45-58.
- 최현영, 서영석 (2005). 대학생이 지각한 부모애착과 역기능적 진로사고의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(3), 671-684.
- 하승연 (2010). **청소년의 애착 유형에 따른 주의 및 기억의 정보처리 편향.** 성균관대학교 박사학위논문.
- 한국경영자총협회 (2016). **2016년 신입사원 채용실태 조사.** 서울: 한국경영자총협회.
- 한광희, 양은주, 최송미 (2001). 신입생의 진로의식에 대한 태도 연구. *연세상담연구*, 19, 3-18.
- 한덕웅, 이장호, 전겸구 (1996). Spielberger 의 상태-특성 불안검사 Y 형의 개발. *한국심리학회지: 건강*, 1(1), 1-14.
- 황매향, 김계현 (2001). 진로의사결정에서의 타협과정에 관한 연구동향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 13(1), 111-124.
- 황지영, 고미나 (2015). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동 간의 관계: 진로결정 자기효능감과 진로스트레스 대처방식의 매개효과. *직업교육연구*, 34(2), 135-150.
- 허종호. (2007). 옵션 프레이밍 효과에 대한 옵션유형과 조절적 동기의 조절적 역할. *마케팅연구*, 22(1), 141-159.

- Aaker, J. L., & Lee, A. Y. (2006). Understanding regulatory fit. *Journal of Marketing Research*, 43(1), 15-19.
- Amir, T., & Gati, I. (2006). Facets of career decision-making difficulties. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(4), 483-503.
- Baddeley, A. D., & Hitch, G. (1974). **Working memory**. In Psychology of learning and motivation (Vol. 8, pp. 47-89). Academic press.
- Boesen-Mariani, S., Gomez, P., & Gavard-Perret, M. L. (2010). Regulatory focus: A promising concept for marketing research. *Recherche et Applications en Marketing (English Edition)*, 25(1), 87-106.
- Bradley, M. M., & Lang, P. J. (1994). Measuring emotion: the self-assessment manikin and the semantic differential. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 25(1), 49-59.
- Brown, S. D., Hacker, J., Abrams, M., Carr, A., Rector, C., Lamp, K., ... & Siena, A. (2012). Validation of a four-factor model of career indecision. *Journal of Career Assessment*, 20(1), 3-21.
- Brown, S. D., Krane, N. E. R., Brecheisen, J., Castelino, P., Budisin, I., Miller, M., & Edens, L. (2003). Critical ingredients of career choice interventions: More analyses and new hypotheses. *Journal of Vocational Behavior*, 62(3), 411-428.
- Butler, G., & Booth, R. G. (1991). Developing psychological treatments for generalized anxiety disorder.
- Camacho, C. J., Higgins, E. T., & Luger, L. (2003). Moral value transfer from regulatory fit: what feels right is right and what feels wrong is wrong. *Journal of personality and social psychology*, 84(3), 498.
- Carr, D. (1997). The fulfillment of career dreams at midlife: Does it matter for women's mental health?. *Journal of Health and Social Behavior*, 331-344.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual*

- review of psychology*, 61, 679–704.
- Cesario, J., Grant, H., & Higgins, E. T. (2004). Regulatory fit and persuasion: Transfer from "feeling right.". *Journal of personality and social psychology*, 86(3), 388.
- Cohen, C. R., Chartrand, J. M., & Jowdy, D. P. (1995). Relationships between career indecision subtypes and ego identity development. *Journal of counseling psychology*, 42(4), 440.
- Corbishley, M., & Yost, E. B. (1989). Assessment and Treatment Dysfunctional Cognitions in Career Counseling. *Career Planning and Adult Development Journal*, 5(3), 20–26.
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2004). The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large non clinical sample. *British journal of clinical psychology*, 43(3), 245–265.
- Creed, P. A., & Blume, K. (2013). Compromise, well-being, and action behaviors in young adults in career transition. *Journal of Career Assessment*, 21(1), 3–19.
- Crowe, E., & Higgins, E. T. (1997). Regulatory focus and strategic inclinations: Promotion and prevention in decision-making. *Organizational behavior and human decision processes*, 69(2), 117–132.
- Davey, G. C., Hampton, J., Farrell, J., & Davidson, S. (1992). Some characteristics of worrying: Evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual Differences*, 13(2), 133–147.
- Dawis, R. V., & Lofquist, L. H. (1984). *A psychological theory of work adjustment: An individual-differences model and its applications*. University of Minnesota Press.
- Emmerling, R. J., & Cherniss, C. (2003). Emotional intelligence and the career choice process. *Journal of Career Assessment*, 11(2),

153-167.

- Fabio, A. D., Palazzeschi, L., Asulin-Peretz, L., & Gati, I. (2013). Career indecision versus indecisiveness: Associations with personality traits and emotional intelligence. *Journal of Career Assessment*, 21(1), 42-56.
- Freitas, A. L., & Higgins, E. T. (2002). Enjoying goal-directed action: The role of regulatory fit. *Psychological science*, 13(1), 1-6.
- Förster, J., Higgins, E. T., & Idson, L. C. (1998). Approach and avoidance strength during goal attainment: regulatory focus and the "goal looms larger" effect. *Journal of personality and social psychology*, 75(5), 1115.
- Fuqua, D. R., & Newman, J. L. (1989). An examination of the relations among career subscales. *Journal of Counseling Psychology*, 36(4), 487.
- Gati, I. (1986). Making career decisions: A sequential elimination approach. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 408.
- Gelatt, H. B. (1962). Decision-making: A conceptual frame of reference for counseling. *Journal of Counseling psychology*, 9(3), 240.
- Gottfredson, L. S. (1996). *Gottfredson's Theory of Circumscription and Compromise in Brown, D. & Brooks, L. & Associates*, (eds) Career, Choice and Development.
- Graf, P., Squire, L. R., & Mandler, G. (1984). The information that amnesic patients do not forget. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 10(1), 164.
- Hackett, G., & Betz, N. E. (1981). A self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of vocational behavior*, 18(3), 326-339.
- Hannah, L. K., & Robinson, L. F. (1990). Survey Report: How College

- Help Freshmen Select Courses and Careers. *Journal of Career Planning and Employment*, 50(4), 53-57.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological review*, 94(3), 319.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American psychologist*, 52(12), 1280.
- Higgins, E. T. (1998). Promotion and prevention: Regulatory focus as a motivational principle. *Advances in experimental social psychology*, 30, 1-46.
- Higgins, E. T. (2000). Making a good decision: value from fit. *American psychologist*, 55(11), 1217.
- Higgins, E. T. (2005). Value from regulatory fit. *Current directions in psychological science*, 14(4), 209-213.
- Higgins, E. T., Cesario, J., Hagiwara, N., Spiegel, S., & Pittman, T. (2010). Increasing or decreasing interest in activities: the role of regulatory fit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(4), 559.
- Higgins, E. T., Friedman, R. S., Harlow, R. E., Idson, L. C., Ayduk, O. N., & Taylor, A. (2001). Achievement orientations from subjective histories of success: Promotion pride versus prevention pride. *European Journal of Social Psychology*, 31(1), 3-23.
- Higgins, E. T., Idson, L. C., Freitas, A. L., Spiegel, S., & Molden, D. C. (2003). Transfer of value from fit. *Journal of personality and social psychology*, 84(6), 1140.
- Higgins, E. T., Roney, C. J., Crowe, E., & Hymes, C. (1994). Ideal versus ought predilections for approach and avoidance distinct self-regulatory systems. *Journal of personality and social psychology*, 66(2), 276.
- Higgins, E. T., Shah, J., & Friedman, R. (1997). Emotional responses

- to goal attainment: strength of regulatory focus as moderator. *Journal of personality and social psychology*, 72(3), 515.
- Holland, J. L. (1997). **Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments.** Psychological Assessment Resources.
- Hong, J., & Lee, A. Y. (2007). Be fit and be strong: Mastering self-regulation through regulatory fit. *Journal of consumer research*, 34(5), 682-695.
- Hur, T., & Pennington, G. L. (1999). Counterfactual Thinking and Regulatory Focus: Implications for Action Versus Inaction and Sufficiency Versus Necessity. *Journal of personality and Social Psychology*, 11, 1109-1120.
- Jain, S. P., Lindsey, C., Agrawal, N., & Maheswaran, D. (2007). For better or for worse? Valenced comparative frames and regulatory focus. *Journal of Consumer Research*, 34(1), 57-65.
- Jones, L. K. (1989). Measuring a three-dimensional construct of career indecision among college students: A revision of the Vocational Decision Scale: The Career Decision Profile. *Journal of counseling Psychology*, 36(4), 477.
- Kahneman, D. (1979). **Prospect theory: An analysis of decisions under risk.** *Econometrica*, 47, 278.
- Kahneman, D., & Tversky, A. (2013). **Prospect theory: An analysis of decision under risk.** In *Handbook of the fundamentals of financial decision making: Part I* (pp. 99-127).
- Keller, P. A. (2006). Regulatory focus and efficacy of health messages. *Journal of Consumer Research*, 33(1), 109-114.
- Kirmani, A., & Zhu, R. (2007). Vigilant against manipulation: The effect of regulatory focus on the use of persuasion

- knowledge. *Journal of Marketing Research*, 44(4), 688-701.
- Kray, L. J., & Galinsky, A. D. (2003). The debiasing effect of counterfactual mind-sets: Increasing the search for disconfirmatory information in group decisions. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 91(1), 69-81.
- Krieshok, T. S., Black, M. D., & McKay, R. A. (2009). Career decision making: The limits of rationality and the abundance of non-conscious processes. *Journal of Vocational Behavior*, 75(3), 275-290.
- Krumboltz, J. D. (2009). The happenstance learning theory. *Journal of Career Assessment*, 17(2), 135-154.
- Lee, A. Y., Keller, P. A., & Sternthal, B. (2009). Value from regulatory construal fit: The persuasive impact of fit between consumer goals and message concreteness. *Journal of Consumer Research*, 36(5), 735-747.
- Lieberman, N., Idson, L. C., Camacho, C. J., & Higgins, E. T. (1999). Promotion and prevention choices between stability and change. *Journal of personality and social psychology*, 77(6), 1135.
- Lockwood, P., Jordan, C. H., & Kunda, Z. (2002). Motivation by positive or negative role models: regulatory focus determines who will best inspire us. *Journal of personality and social psychology*, 83(4), 854.
- Lockwood, P., & Kunda, Z. (1999). Increasing the salience of one's best selves can undermine inspiration by outstanding role models. *Journal of personality and social psychology*, 76(2), 214.
- Miller, M. J. (1983). The role of happenstance in career choice. *The Career Development Quarterly*, 32(1), 16-20.
- Mogg, K., Bradley, B. P., Williams, R., & Mathews, A. (1993).

- Subliminal processing of emotional information in anxiety and depression. *Journal of abnormal psychology*, 102(2), 304.
- Newman, J. L., Fuqua, D. R., & Seaworth, T. B. (1989). The role of anxiety in career indecision: Implications for diagnosis and treatment. *The Career Development Quarterly*, 37(3), 221-231.
- Niles, S. G., & Hartung, P. J. (2000). **Emerging career theories.** Career counseling of college students: An empirical guide to strategies that work, 23-42.
- Ocansey, F. (2000). Career Compromise and Adjustment Among Non-Professional Graduate Teachers. *Ifè Psychologia*, 8(2), 84-95.
- Parsons, F. (1909). *Choosing a vocation*. Houghton Mifflin.
- Pham, M. T., & Avnet, T. (2004). Ideals and oughts and the reliance on affect versus substance in persuasion. *Journal of Consumer Research*, 30(4), 503-518.
- Peterson, G. W., Sampson Jr, J. P., Lenz, J. G., & Reardon, R. C. (2002). A cognitive information processing approach to career problem solving and decision making. *Career choice and development*, 4, 312-369.
- Peterson, G. W., Sampson Jr, J. P., & Reardon, R. C. (1991). *Career development and services: A cognitive approach*. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.
- Peterson, G. W., Sampson, J. P., Reardon, R. C., & Lenz, J. G. (2003). Core concepts of a cognitive approach to career development and services. *Center for the Study of Technology in Counseling and Career Development, University Center, Florida State University*. Retrieved June, 11, 2008.
- Saka, N., Gati, I., & Kelly, K. R. (2008). Emotional and personality-related aspects of career-decision-making difficulties. *Journal of Career Assessment*, 16(4), 403-424.

- Salomone, P. R. (1982). Difficult cases in career counseling: II—The indecisive client. *Journal of Counseling & Development*, 60(8), 496–500.
- Sampson, J. P., Peterson, G. W., Lenz, J. G., & Reardon, R. C. (1992). A cognitive approach to career services: Translating concepts into practice. *The Career Development Quarterly*, 41(1), 67–74.
- Sampson, J. P., Peterson, G. W., Reardon, R. C., & Lenz, J. G. (2000). Using Readiness Assessment to Improve Career Services: A Cognitive Information Processing Approach. *The Career Development Quarterly*, 49(2), 146–174.
- Sampson Jr, J. P., Peterson, G. W., Reardon, R. C., & Lenz, J. G. (2003). **Key elements of the CIP approach to designing career services.** Center for the Study of Technology in Counseling and Career Development, Tallahassee, FL: Florida State University.
- Sampson, J. P. Jr., Peterson, G. W., Lenz, J. G., Reardon, R. C., & Saunders, D. E. (1996). *Career thoughts inventory*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Sampson, J. P. Jr., Peterson, G. W., Lenz, J. G., Reardon, R. C., & Saunders, D. E. (1996a). *Career Thought Inventory: Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Sampson, J. P., Reardon, R. C., Peterson, G. W., & Lenz, J. G. (2004). **Career counseling and services: A cognitive information processing approach.** Belmont, CA: Thomson/Brooks/Cole.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., Keefe, D. E., Hayes, B. E., & Shearin, E. N. (1986). Cognitive interference: Situational determinants and traitlike characteristics. *Journal of Personality and social Psychology*, 51(1), 215.
- Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. *Career*

- development and counseling: Putting theory and research to work, 1*, 42-70.
- Savickas, M. L. (2013). The 2012 Leona Tyler Award Address: Constructing Careers – Actors, Agents, and Authors Ψ. *The Counseling Psychologist*, 41(4), 648-662.
- Schwarz, N., & Clore, G. L. (1996). Feelings and phenomenal experiences. *Social psychology: Handbook of basic principles*, 2, 385-407.
- Seta, J. J., McElroy, T., & Seta, C. E. (2001). To do or not to do: Desirability and consistency mediate judgments of regret. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(6), 861.
- Shah, J., & Higgins, E. T. (1997). Expectancy× value effects: Regulatory focus as determinant of magnitude and direction. *Journal of personality and social psychology*, 73(3), 447.
- Sloan, D. M., & Marx, B. P. (2004). A closer examination of the structured written disclosure procedure. *Journal of consulting and clinical psychology*, 72(2), 165.
- Spielberger, C. D. (2010). **State Trait anxiety inventory**. John Wiley & Sons, Inc..
- Stead, G. B., Watson, M. B., & Foxcroft, C. D. (1993). The relation between career indecision and irrational beliefs among university students. *Journal of Vocational Behavior*, 42(2), 155-169.
- Super, D. E. (1953). A theory of vocational development. *American psychologist*, 8(5), 185.
- Tsaousides, T., & Jome, L. (2008). Perceived career compromise, affect and work-related satisfaction in college students. *Journal of Vocational Behavior*, 73(2), 185-194.
- Turner, M. L., & Engle, R. W. (1989). Is working memory capacity

- task dependent?. *Journal of memory and language*, 28(2), 127-154.
- Kelly, K. R., & Shin, Y. J. (2009). Relation of neuroticism and negative career thoughts and feelings to lack of information. *Journal of Career Assessment*, 17(2), 201-213.
- Salomone, P. R. (1982). Difficult cases in career counseling: II – The indecisive client. *Journal of Counseling & Development*, 60(8), 496-500.
- Vondracek, F. W., Hostetler, M., Schulenberg, J. E., & Shimizu, K. (1990). Dimensions of career indecision. *Journal of Counseling Psychology*, 37(1), 98.
- Wang, J., & Lee, A. Y. (2006). The role of regulatory focus in preference construction. *Journal of Marketing research*, 43(1), 28-38.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063.
- Wells, A., & Davies, M. I. (1994). The Thought Control Questionnaire: A measure of individual differences in the control of unwanted thoughts. *Behaviour research and therapy*, 32(8), 871-878.
- Young, R. A., & Chen, C. P. (1999). Annual Review: Practice and Research in Career Counseling and Development – 1998. *The Career Development Quarterly*, 48(2), 98-141
- Zuckerman, M., & Lubin, B. (1965). The Multiple Affect Adjective Checklist (MAACL).

<부록 1> 실험참가자 모집 안내문

모의 진로선택 실험 참여자 모집

안녕하세요. 모의 진로선택 실험 연구자 김경은입니다. 연구 참여자(3학년 이상의 학부생 120명, 휴학생 포함)를 모집하고 있습니다.

본 연구는 진로를 결정하기 어렵거나 결정을 했더라도 자신의 결정에 확신이 부족하여 불편함을 느끼는 대학생들이 보다 만족스러운 진로선택을 이뤄내기 위해서는 어떤 교육적·상담적 개입이 필요할지 파악하고자 합니다.

이에 다음 내용을 신중히 읽어보신 후 본 연구의 필요성에 공감하신다면, 김경은(aspring03@gmail.com, 카톡ID: @김경은)에게 연구 참여 의사를 밝혀주시기 바랍니다.

이 연구는 자발적으로 참여 의사를 밝히신 분에 한하여 수행될 것입니다. 만일 귀하가 참여의사를 밝혀 주시면 다음과 같은 과정이 진행될 것입니다.

- 1) 온라인으로 실험 참여 신청서 작성
 - 온라인 신청 및 사전조사 동의
 - 기초정보 작성/ 연구 참여 가능 시간 선택
 - 설문조사 실시
- 2) 온라인으로 사전 설문조사 실시 (약 10분 소요)
- 3) 연구자-참여자들 간 면대면 연구 (약 40분 소요)
 - 서면 동의서 작성
 - Warm-up 활동 수행
 - 직업선택과제 수행
 - 사전-사후 조사 실시
- 4) 사전/사후 조사는 연구 참여자의 인지/정서/행동반응을 확인하는 것입니다.
- 5) 직업선택 과제는 평소 관심 있거나 고려했던 직업 중에서 보다 마음에 드는 직업을 선택하는 것입니다.
- 6) 사후 검사 중 인지과제를 수행하는 동안 녹음을 실시합니다.

참여시간은 약 50분 소요(온라인 10분 + 오프라인 40분)될 것이고, 본 연구 참여로 인해 특별히 나타날 부작용이나 위험요소는 없습니다. 더불어 귀하는 본 연구에 참여하지 않을 자유가 있으므로 연구 참여 도중 중단 의사를 밝히시더라도 어떠한 불이익 없이 얼마든지 그만두실 수 있습니다.

실험 장소는 서울대학교 학생회관 5층에서 이루어질 예정이며, 실험 시간은 참여자와 연구자 간 상의하여 정할 예정입니다.

또한 연구에서 얻은 모든 개인 정보는 비밀이 보장됩니다. 이 연구로부터 얻어진 개인 정보는 코드화 되어 활용되기 때문에 학회지나 학회에 공개될 때 귀하의 이름과 다른 개인 정보는 절대 사용되지 않을 것입니다.

마지막으로 귀하의 연구 참여 시 감사의 뜻으로, 현금 10,000원 + α (과제 수행 정도에 따라 0원 ~ 5,000원)가 지급될 것입니다.

다시 한 번 귀하의 참여를 부탁드립니다, 귀하의 귀한 시간과 정보는 대학생의 만족스러운 진로 결정을 돕기 위해 효과적으로 활용할 것을 약속드립니다.

기타 연구에 대한 문의는 연구 책임자의 이메일(aspring03@gmail.com) 또는 <카톡 검색 ID: @김경은>으로 하실 수 있습니다. 여러분의 응답 하나 하나가 소중한 자료로 사용되므로 끝까지 솔직하게 설문에 응해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

2017년 9-10월

지 도 교 수 : 서울대학교 교육학과 김계현

연구 책임자 : 서울대학교 교육학과 김경은

<부록 2> 참여자용 설명서 및 동의서

연구참여자용 설명서 및 동의서

연구 과제명 : 조절적합성이 한국 대학생의 진로타협과정에 미치는 영향

연구 책임자명 : 김경은(서울대학교 사범대학 교육학과, 박사수료)

이 연구는 한국 대학생의 만족스러운 진로선택을 이루는 핵심요소가 무엇인지 탐구하기 위한 연구입니다. 이 연구를 수행하는 서울대학교 소속의 김경은(0**-3***-8***, aspring03@gmail.com)이 귀하에게 이 연구에 대해 설명해 줄 것입니다. 이 연구는 자발적으로 참여 의사를 밝히신 분에 한하여 수행 될 것이며, 귀하께서는 참여 의사를 결정하기 전에 본 연구가 왜 수행되는지 그리고 연구의 내용이 무엇과 관련 있는지 이해하는 것이 중요합니다. 다음 내용을 신중히 읽어보신 후 참여 의사를 밝혀 주시길 바라며, 필요하다면 가족이나 친구들과 의논해 보십시오. 만일 어떠한 질문이 있다면 담당 연구원이 자세하게 설명해 줄 것입니다.

1. 이 연구는 왜 실시합니까?

이 연구의 목적은 진로를 결정했으나 자신의 결정에 확신 및 자신이 없어 불편함을 느끼는 대학생들이 보다 만족스러운 진로선택을 이뤄내기 위해서는 어떤 교육적·상담적 개입이 필요할지 파악하기 위함입니다. 대학생들이 진로선택 과정에서 경험할 수 있는 진로 관련 문제를 인지, 정서적 차원에서 어떻게 대처하는 것이 만족스러운 진로 결정을 이끌어내는지 알아보고자 합니다.

2. 얼마나 많은 사람이 참여합니까?

본 연구는 국내 4년제 대학에 재학(또는 휴학) 중인 3학년 이상의 대학생 약 120명이 실험 참여로 진행 됩니다.

3. 만일 연구에 참여하면 어떤 과정이 진행됩니까?

만일 귀하가 참여의사를 밝혀 주시면 다음과 같은 과정이 진행될 것입니다.

1) 연구자와 참여자들 간의 면대면 실험이 진행됩니다.

- 2) 연구 참여자는 기초정보, 사전/사후 조사, 직업선택 과제를 수행하게 됩니다.
- 3) 사전/사후 조사는 연구 참여자의 인지/정서/행동반응을 확인하는 것입니다.
- 4) 직업선택 과제는 선호하는 직업을 선택하는 것입니다.
- 5) 사후 조사 중 인지과제를 수행하는 동안 녹음을 실시합니다.

4. 연구 참여 기간은 얼마나 됩니까?

약 40분이 소요될 것입니다.

5. 참여 도중 그만두어도 됩니까?

예, 귀하는 언제든지 어떠한 불이익 없이 참여 도중에 그만 둘 수 있습니다. 만일 귀하가 연구에 참여하는 것을 그만두고 싶다면 담당 연구원이나 연구 책임자에게 즉시 말씀해 주십시오.

6. 부작용이나 위험요소는 있습니까?

본 연구를 참여했을 때 특별히 나타날 부작용이나 위험요소는 없습니다.

7. 이 연구에 참여시 참여자에게 이득이 있습니까?

귀하가 이 연구에 참여하는데 있어서 직접적인 이득은 없습니다. 다만, 모의진로선택 과정을 통해 구체적으로 진로를 탐색해보는 기회를 가져보고, 실험을 마친 후 만족스러운 진로선택을 위한 간단한 컨설팅을 받으실 수 있습니다. 또한 대학생의 만족스러운 진로 선택을 위한 상담 서비스를 개발하는 데 기초적 자료 제공에 기여할 수 있습니다.

8. 만일 이 연구에 참여하지 않는다면 불이익이 있습니까?

귀하는 본 연구에 참여하지 않을 자유가 있습니다. 또한, 귀하가 본 연구에 참여하지 않아도 귀하에게는 어떠한 불이익도 없습니다.

9. 연구에서 얻은 모든 개인 정보의 비밀은 보장됩니까?

개인정보관리책임자는 서울대학교의 김경은(교육상담 박사수료, 010-3***-8***)입니다. 저는 이 연구를 통해 얻은 모든 개인 정보의 비밀 보장을 위해 최선을 다할 것입니다. 이 연구에서 얻어진 개인 정보가 학회지나 학회에 공개 될 때 귀하의 이름과 다른 개인 정보는 사용되지 않을 것입니다. 그러나 만일 법이 요구하면 귀하의 개인정보는 제공될 수도 있습니다. 또한 모니터 요원, 점검 요원, 생명윤리심의위원회는 연구참여자의 개인 정보에 대한 비밀 보장을 침해하지 않고 관련규정이 정하는 범위 안에서 본 연구의 실시 절차와 자료의 신뢰성을 검증하기 위해 연구 결과를 직접 열람할 수 있습니다. 귀하가 본 동의서에 서명하는 것은, 이러한 사항에 대하여 사전에 알고 있었으며 이를 허용한다는 동의로 간주될 것입니다.

10. 이 연구에 참가하면 댓가가 지급됩니까?

면대면 실험(오프라인) 연구 참여시 감사의 뜻으로 1만원+a(과제 수행 정도에 따라 0원 ~ 5,000원 추가 사례)이 지급 될 것입니다.

11. 연구에 대한문의는 어떻게 해야 됩니까?

본 연구에 대해 질문이 있거나 연구 중간에 문제가 생길 시 다음 연구 담당자에게 연락하십시오.

이름: 김 경 은 전화번호: 010-3***-8***

동 의 서

1. 나는 이 설명서를 읽었으며 담당 연구원과 이에 대하여 의논하였습니다.
2. 나는 위험과 이득에 관하여 들었으며 나의 질문에 만족할 만한 답변을 얻었습니다.
3. 나는 이 연구에 참여하는 것에 대하여 자발적으로 동의합니다.
4. 나는 이 연구에서 얻어진 나에 대한 정보를 현행 법률과 생명윤리심의위원회 규정이 허용하는 범위 내에서 연구자가 수집하고 처리하는데 동의합니다.
5. 나는 담당 연구자나 위임 받은 대리인이 연구를 진행하거나 결과 관리를 하는 경우와 보건 당국, 학교 당국 및 서울대학교 생명윤리심의위원회가 실태 조사를 하는 경우에는 비밀로 유지되는 나의 개인 신상 정보를 직접적으로 열람하는 것에 동의합니다.
6. 나는 연구 진행 중 자료수집의 목적을 위하여 연구절차 과정에 있는 음성 녹음에 동의하며, 녹음자료를 연구에 활용하는 것에 동의합니다.
7. 나는 언제라도 이 연구의 참여를 철회할 수 있고 이러한 결정이 나에게 어떠한 해도 되지 않을 것이라는 것을 압니다.
8. 나의 서명은 이 동의서의 사본을 받았다는 것을 뜻하며 연구 참여가 끝날 때까지 사본을 보관하겠습니다.

연구참여자 성명

서명

날짜(년/월/일)

동의서 받은
연구원 성명

서명

날짜(년/월/일)

연구책임자 성명

서명

날짜(년/월/일)

온라인 연구참여자용 설명서 및 동의서

연구 과제명 : 조절적합성이 한국 대학생의 진로타협과정에 미치는 영향

연구 책임자명 : 김경은(서울대학교 사범대학 교육학과, 박사수료)

이 연구는 한국 대학생의 만족스러운 진로선택을 이루는 핵심요소가 무엇인지 탐구하기 위한 연구입니다. 이 연구를 수행하는 서울대학교 소속의 김경은(0**-3***-8***, aspring03@gmail.com)이 귀하에게 이 연구에 대해 설명해 줄 것입니다. 이 연구는 자발적으로 참여 의사를 밝히신 분에 한하여 수행 될 것이며, 귀하께서는 참여 의사를 결정하기 전에 본 연구가 왜 수행되는지 그리고 연구의 내용이 무엇과 관련 있는지 이해하는 것이 중요합니다. 다음 내용을 신중히 읽어보신 후 참여 의사를 밝혀 주시길 바라며, 필요하다면 가족이나 친구들과 의논해 보십시오. 만일 어떠한 질문이 있다면 담당 연구원이 자세하게 설명해 줄 것입니다.

1. 이 연구는 왜 실시합니까?

이 연구의 목적은 진로를 결정했으나 자신의 결정에 확신 및 자신이 없어 불편함을 느끼는 대학생들이 보다 만족스러운 진로선택을 이뤄내기 위해서는 어떤 교육적·상담적 개입이 필요할지 파악하기 위함입니다. 대학생들이 진로선택 과정에서 경험할 수 있는 진로 관련 문제를 인지, 정서적 차원에서 어떻게 대처하는 것이 만족스러운 진로 결정을 이끌어내는지 알아보고자 합니다.

2. 얼마나 많은 사람이 참여합니까?

본 연구는 국내 4년제 대학에 재학(또는 휴학) 중인 3학년 이상의 대학생 약 120명이 실험 참여로 진행 됩니다.

3. 만일 연구에 참여하면 어떤 과정이 진행됩니까?

만일 귀하가 참여의사를 밝혀 주시면 다음과 같은 과정이 진행될 것입니다.

- 1) 기초정보를 작성합니다.
- 2) 면대면 실험 참여 일정을 선택합니다.
- 3) 개인특성을 파악하는 사전조사를 실시합니다.

- 4) 직업선택 과제를 수행합니다.
- 5) 직업선택 과제는 선호하는 직업 및 취업을 희망하는 직장을 선택하는 것입니다.
- 6) 온라인 연구 참여를 마친 후 연구자와 참여자들 간의 면대면 실험이 진행됩니다.
- 7) 면대면 실험 시, 인지·정서 관련 사전/사후조사, 직업선택과제를 실시합니다.

4. 연구 참여 기간은 얼마나 됩니까?

약 10분이 소요될 것입니다.

5. 참여 도중 그만두어도 됩니까?

예, 귀하는 언제든지 어떠한 불이익 없이 참여 도중에 그만 둘 수 있습니다. 만일 귀하가 연구에 참여하는 것을 그만두고 싶다면 담당 연구원이나 연구 책임자에게 즉시 말씀해 주십시오.

6. 부작용이나 위험요소는 있습니까?

본 연구를 참여했을 때 특별히 나타날 부작용이나 위험요소는 없습니다.

7. 이 연구에 참여시 참여자에게 이득이 있습니까?

귀하가 이 연구에 참여하는데 있어서 직접적인 이득은 없습니다. 다만, 모의진로선택 과정을 통해 구체적으로 진로를 탐색해보는 기회를 가져보고, 실험을 마친 후 만족스러운 진로선택을 위한 간단한 컨설팅을 받으실 수 있습니다. 또한 대학생의 만족스러운 진로 선택을 위한 상담 서비스를 개발하는 데 기초적 자료 제공에 기여할 수 있습니다.

8. 만일 이 연구에 참여하지 않는다면 불이익이 있습니까?

귀하는 본 연구에 참여하지 않을 자유가 있습니다. 또한, 귀하가 본 연구에 참여하지 않아도 귀하에게는 어떠한 불이익도 없습니다.

9. 연구에서 얻은 모든 개인 정보의 비밀은 보장됩니까?

개인정보관리책임자는 서울대학교의 김정은(교육상담 박사수료, 010-3***-8***)입니다. 저는 이 연구를 통해 얻은 모든 개인 정보의 비밀 보장을 위해 최선을 다할 것입니다. 이 연구에서 얻어진 개인 정보가 학회지나 학회에 공개 될 때 귀하의 이름과 다른 개인 정보는 사용되지 않을 것입니다. 그러나 만일 법이 요구하면 귀하의 개인정보는 제공될 수도 있습니다. 또한 모니터 요원, 점검 요원, 생명윤리심의위원회는 연구참여자의 개인 정보에 대한 비밀 보장을 침해하지 않고 관련규정이 정하는 범위 안에서 본 연구의 실시 절차와 자료의 신뢰성을 검증하기 위해 연구 결과를 직접 열람할 수 있습니다. 귀하가 본 동의서에 서명하는 것은, 이러한 사항에 대하여 사전에 알고 있었으며 이를 허용한다는 동의로 간주될 것입니다.

10. 이 연구에 참가하면 댓가가 지급됩니까?

온라인 참여에 대한 사례는 지급하지 않습니다. 면대면 실험(오프라인) 연구 참여시, 감사의 뜻으로 1만원 + α (과제 수행 정도에 따라 0원 ~ 5,000원 추가 사례)이 지급 될 것입니다.

11. 연구에 대한 문의는 어떻게 해야 됩니까?

본 연구에 대해 질문이 있거나 연구 중간에 문제가 생길 시 다음 연구 담당자에게 연락하십시오.

이름: 김 경 은 전화번호: 010-3***-8***

온 라 인 동 의 서

1. 나는 연구 참여자용 설명서를 읽었으며 그 내용을 충분히 숙지하였습니다.
2. 나는 이 연구에 참여하는 것에 대하여 자발적으로 동의합니다.
3. 나는 이 연구에서 얻어진 나에 대한 정보를 현행 법률과 생명윤리심의위원회 규정이 허용하는 범위 내에서 연구자가 수집하고 처리하는데 동의합니다.
4. 나는 담당 연구자나 위임 받은 대리인이 연구를 진행하거나 결과 관리를 하는 경우와 보건 당국, 학교 당국 및 서울대학교 생명윤리심의위원회가 실태 조사를 하는 경우에는 비밀로 유지되는 나의 개인 신상 정보를 직접적으로 열람하는 것에 동의합니다.
5. 나는 언제라도 이 연구의 참여를 철회할 수 있고 이러한 결정이 나에게 어떠한 해도 되지 않을 것이라는 것을 압니다.
6. 나는 위와 같이 개인정보 수집 및 활용과 온라인 설문 조사 실시에 동의합니다.

동의하십니까?

- ☐ 동의함
- ☐ 동의하지 않음

<부록 3> 온라인 설문지

1. 특성불안검사(STAI-KYZ)

아래에는 사람들이 자신을 표현할 때 사용하는 문장들이 적혀 있습니다. 각 문항을 읽고, **당신이 일상적으로 흔히 느끼고 있는 자신의 성격적인 경향**을 가장 잘 나타낸다고 생각하는 정도를 선택해 주시기 바랍니다.

질문		전혀 그렇지 않다	그저 그렇다	약간 그렇다	매우 그렇다
1	나는 유쾌하다.				
2	나는 초조하고 안절부절 못한다.				
3	나는 자신에 만족한다.				
4	나는 쉽게 불안해지는 사람이다.				
5	나는 낙오자처럼 느낀다.				
6	나는 마음이 편하다.				
7	나는 느긋하다.				
8	나는 걱정이 많고 피로하다.				
9	나는 사소한 일에도 너무 걱정한다.				
10	나는 행복하다.				
11	나는 생각들로 마음이 혼란스럽다.				
12	나는 자신감이 없다.				
13	나는 안전하게 느낀다.				
14	나는 마음이 든든하다.				
15	나는 평온하다.				
16	나는 만족스럽다.				
17	나는 대수롭지 않은 일에도 지나치게 괴로워한다.				
18	내가 낙심하면 심각하게 생각해서 마음에서 떨쳐내지 못한다.				
19	나는 안정되어 있는 사람이다.				
20	나는 당면한 걱정거리를 생각하면 긴장하거나 혼란스럽다.				

2. 우울검사(Beck DepressionInventory : BDI)

아래의 문항을 잘 읽고 자신에게 가장 잘 어울리는 보기를 골라주세요.

1.

- (0) 나는 슬픔을 느끼지 않는다.
- (1) 나는 슬픔을 느낀다.
- (2) 나는 항상 슬프고 그것을 떨쳐버릴 수 없다.
- (3) 나는 너무 슬프고 불행해서 도저히 견딜 수가 없다.

2.

- (0) 나는 앞날에 대해 특별히 낙담하지 않는다.
- (1) 나는 앞날에 대해서 별로 기대할 것이 아무것도 없다고 느껴진다.
- (2) 나는 앞날에 기대할 것이 아무것도 없다고 느낀다.
- (3) 나의 앞날은 암담하여 전혀 희망이 없다.

3.

- (0) 나는 실패감 같은 것을 느끼지 않는다.
- (1) 나는 다른 사람들보다 실패의 경험이 더 많다고 느낀다.
- (2) 살아온 과거를 되돌아보면 나는 항상 많은 일에 실패하였다.
- (3) 나는 한 인간으로서 완전히 실패했다고 느낀다.

4.

- (0) 나는 전과 다름없이 일상생활에서 만족하고 있다.
- (1) 나의 일생생활은 전처럼 즐겁지가 않다.
- (2) 나는 더 이상 어떤 것에서도 실제적인 만족을 얻지 못한다.
- (3) 나는 모든 것이 다 불만스럽고 지겹다.

5.

- (0) 나는 특별히 죄의식을 느끼지 않는다.
- (1) 나는 많은 시간 동안 죄의식을 느낀다.
- (2) 나는 대부분의 시간 동안 죄의식을 느낀다.
- (3) 나는 항상 죄의식을 느낀다.

6.

- (0) 나는 내가 벌을 받고 있다고 느끼지 않는다.
- (1) 나는 내가 벌을 받을지도 모른다고 느낀다.
- (2) 나는 내가 벌을 받아야 한다고 느낀다.
- (3) 나는 현재 내가 벌을 받고 있다고 느낀다.

7.

- (0) 나는 내 자신에 대해 실망하지 않는다.
- (1) 나는 내 자신에 대해 실망하고 있다.
- (2) 나는 내 자신을 역겨워하고 있다.
- (3) 나는 내 자신을 증오했다.

8.

- (0) 나는 내가 다른 사람보다 못하다고 생각하지 않는다.
- (1) 나는 나의 약점이나 실수에 대해 내 자신을 비판하는 편이다.
- (2) 나는 나의 잘못에 대해 항상 내 자신을 비난한다.
- (3) 나는 주위에서 일어나는 모든 잘못된 일에 대해 내 자신을 비난한다.

9.

- (0) 나는 자살할 생각을 하지 않는다.
- (1) 나는 자살한 생각은 하고 있으나 실제 실행하지는 않을 것이다.
- (2) 나는 자살하고 싶다.
- (3) 나는 기회가 주어진다면 자살할 것이다.

10.

- (0) 나는 전보다 더 울지는 않는다.
- (1) 나는 전보다 더 자주 우는 편이다.
- (2) 나는 요즘 항상 운다.
- (3) 나는 전에는 자주 울었지만 요즘은 울래야 울 기력조차 없다.

11.

- (0) 나는 전보다 화를 더 내지는 않는다.
- (1) 나는 전보다 쉽게 화가 나고 짜증이 난다.
- (2) 나는 항상 화가 치민다.
- (3) 전에 화를 내게 했던 일인데도 요즘은 화조차 나지 않는다.

12.

- (0) 나는 다른 사람에 대한 흥미를 잃지 않고 있다.
- (1) 나는 다른 사람들에게 흥미를 덜 느낀다.
- (2) 나는 다른 사람들에 대하여 흥미를 잃었다.
- (3) 나는 다른 사람들에 대하여 완전히 흥미를 잃었다.

13.

- (0) 나는 전과 같이 결정하는 일을 잘 해낸다.
- (1) 나는 어떤 일에 대해 결정을 못 내리고 머뭇거린다.
- (2) 나는 어떤 결정을 할 때 전보다 더 큰 어려움을 느낀다.
- (3) 나는 이제 아무 결정도 내릴 수가 없다.

14.

- (0) 나는 전보다 내 모습이 나빠졌다고 느끼지 않는다.
- (1) 나는 내 용모에 대해 걱정한다.
- (2) 나는 남들에게 매력을 느끼게 할 용모를 지니고 있지 않다.
- (3) 나는 내가 추하고 불쾌하게 보인다고 생각한다.

15.

- (0) 나는 전과 다름없이 일을 잘 할 수 있다.
- (1) 어떤 일을 시작하려면 전보다 더 힘이 든다.
- (2) 어떤 일을 시작하려면 굉장히 힘을 들이지 않으면 안된다.
- (3) 나는 너무 지쳐서 아무런 일도 할 수가 없다.

16.

- (0) 나는 전과 다름없이 잠을 잘 잔다.
- (1) 나는 전처럼 잠을 자지 못한다.
- (2) 나는 전보다 한두 시간 빨리 잠이 깨며, 다시 잠들기가 어렵다.
- (3) 나는 전보다 훨씬 빨리 잠이 깨며, 다시 잠들 수가 없다.

17.

- (0) 나는 전보다 더 피곤하지 않다.
- (1) 나는 전보다 더 쉽게 피곤해진다.
- (2) 나는 무슨 일을 하든지 곧 피곤해진다.
- (3) 나는 너무나 피곤해서 아무 일도 할 수가 없다.

18.

- (0) 내 식욕은 전보다 나빠지지 않았다.
- (1) 내 식욕이 전처럼 좋지 않다.
- (2) 내 식욕은 요즘 매우 나빠졌다.
- (3) 요즘에는 전혀 식욕이 없다.

19.

- (0) 요즘 나는 몸무게가 줄지 않았다.
- (1) 나는 전보다 몸무게가 줄은 편이다.
- (2) 나는 전보다 몸무게가 많이 줄었다.
- (3) 나는 전보다 몸무게가 너무 많이 줄어서 건강에 위협을 느낄 정도이다.

20.

- (0) 나는 전보다 건강에 대해 더 염려하지 않는다.
- (1) 나는 두통, 소화불량 또는 변비 등의 현상이 잦다.
- (2) 나는 내 건강에 대하여 매우 염려하기 때문에 제대로 일을 하기가 어렵다.
- (3) 나는 내 건강에 대하여 너무 염려하기 때문에 다른 일을 거의 생각할 수가 없다.

21.

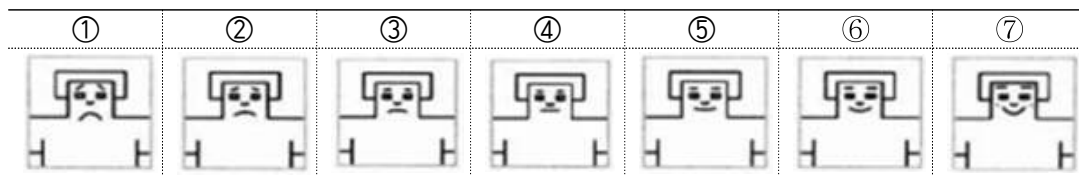
- (0) 나는 요즘 이성에 대한 관심에 변화가 없다고 생각한다.
- (1) 나는 이전보다 이성에 대한 흥미가 적다.
- (2) 나는 요즘 이성에 대한 흥미를 상당히 잃었다.
- (3) 나는 이성에 대한 흥미를 완전히 잃었다.

<부록 4> 설문지

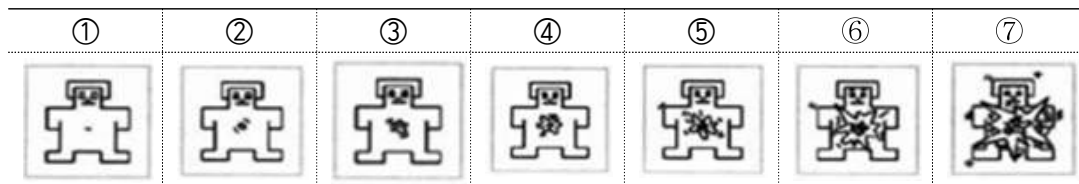
1. SAM(Self-Assessment Manikin)

아래의 그림의 가, 나, 다 각각에서 현재 자신의 감정 상태와 가장 비슷한 그림을 골라“V” 표시를 해주십시오.

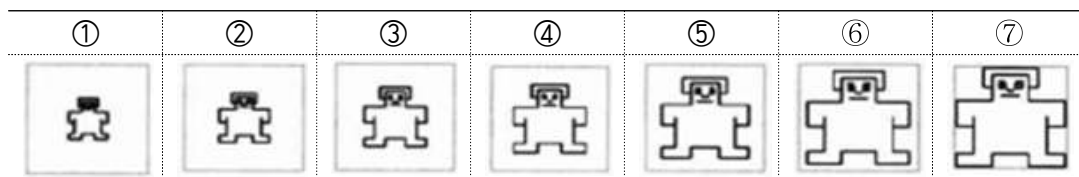
가.



나.



다.



2. 한국판 정적 정서 및 부적정서 척도(PANAS)

다음에 나오는 각 단어는 감정이나 기분을 기술한 것입니다. 각 단어를 읽고, 현재 당신이 느끼는 기분의 정도를 가장 잘 나타낸 곳에 “√” 표시를 해주십시오.

		전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	보통이 다	많이 그렇다	매우 많이 그렇다
1	흥미로웠다.	①	②	③	④	⑤
2	짜증스러웠다.	①	②	③	④	⑤
3	괴로웠다.	①	②	③	④	⑤
4	맑은 정신이었다.	①	②	③	④	⑤
5	신이 났다.	①	②	③	④	⑤
6	부끄러웠다.	①	②	③	④	⑤
7	화가 났다.	①	②	③	④	⑤
8	영감을 받았다.	①	②	③	④	⑤
9	강인했다.	①	②	③	④	⑤
10	긴장했다.	①	②	③	④	⑤
11	죄책감이 들었다.	①	②	③	④	⑤
12	확고했다.	①	②	③	④	⑤
13	겁이 났다.	①	②	③	④	⑤
14	주의 깊었다.	①	②	③	④	⑤
15	적대적이었다.	①	②	③	④	⑤
16	초조했다.	①	②	③	④	⑤
17	열정적이었다.	①	②	③	④	⑤
18	활기찼다.	①	②	③	④	⑤
19	자랑스러웠다.	①	②	③	④	⑤
20	두려웠다.	①	②	③	④	⑤

3. 다차원적 정서형용사(MAACL)

다음은 여러 가지 감정과 기분을 묘사하는 단어들이 적혀 있습니다.
이 단어들 각각이 나타내는 감정이 **현재 자신과 얼마나 일치하는지**를 0~8
점의 숫자로 단어 옆에 적어주시기 바랍니다.

0	1	2	3	4	5	6	7	8
전혀 그렇지 않다		약간 그렇다		웬만큼 그렇다		상당히 그렇다		매우 그렇다

1.괴로운		13.고독한		25.따뜻한		37.염려스러운	
2.기운 없는		14.혼란스러운		26.놀라는		38.동정적인	
3.당황한		15.공손한		27.침착한		39.화나는	
4.쓸쓸한		16.불쾌한		28.버림받은		40.우울한	
5.낙심한		17.침울한		29.명랑한		41.상냥한	
6.외로운		18.격한		30.즐거운		42.절망적인	
7.친절한		19.기분 좋은		31.답답한		43.무서운	
8.기분 나쁜		20.협력적인		32.불쌍한		44.건전한	
9.잔인한		21.신경질 나는		33.긴장한		45.정감 있는	
10.불행한		22.온순한		34.성가신		46.맥 빠진	
11.흔들리는		23.활기찬		35.이해심 있는		47.풀죽은	
12.갈피못잡는		24.충만한		36.두려운		48.유쾌한	

4. 진로의사결정 질문지

첫 번째 질문.

만약 지금 직업 선택 기회가 다시 주어진다면, 선택을 바꾸시겠습니까? 바꾸고 싶지 않은 정도를 확신도라고 보았을 때, 방금 전 자신의 직업 선택을 얼마만큼 확신하십니까? ○표 해주세요.

1	2	3	4	5	6	7
전혀 확실치 않다.	확실하지 않다.	확실한지 모르겠다.	보통이다.	확실한 것 같다.	확실하다.	매우 확실하다.

두 번째 질문.

앞선 자신의 직업 선택이 얼마만큼 잘한 결정이라고 생각하십니까? ○표 해주세요.

1	2	3	4	5	6	7
전혀 잘한 결정이 아니다.	잘한 결정이 아니다.	잘한 결정인지 모르겠다.	보통이다.	잘한 결정에 가깝다.	잘한 결정이다.	매우 잘한 결정이다.

5. 정서 스트룹 과제

연습 화면

다음은 아래와 같이 화면에 단어가 제시될 예정입니다.

단어의 의미가 아닌 단어의 **색깔**을 가능하면 빨리 소리 내어 말해주세요.

예시

토끼 거북이 치타 돌고래 고양이 펭귄 양 코끼리
 토끼 거북이 치타 돌고래 고양이 펭귄 양 코끼리

과제 화면

실패 탈락 무시 비참 무능 비난 초라 좌절
 좌절 실패 탈락 무시 비참 비난 무능 초라
 초라 좌절 실패 탈락 무시 무능 비난 비참
 비난 무시 무능 탈락 실패 비참 좌절 초라
 탈락 실패 비참 무시 무능 초라 좌절 비난

6. 조작 폭 단어 과제

연습 화면

조작 폭 단어 과제

다음은 아래와 같이 화면에 수식과 단어가 **총 7개 제시**될 예정입니다.

- 1) 수식은 소리 내어 읽어주신 후,
- 2) 수식의 정답이 맞는지, 틀린지 **Yes or No**로 응답해 주세요.
- 3) **다**음으로 오른쪽에 제시된 단어를 읽고 머릿속으로 기억한 후, 자리로 돌아가 외운 단어를 응답지에 적어주세요.

예시

소리내어 수식 읽기	응답	단어 외우기
$(9 \div 3) + 2 = 6$	No	기다리다

과제 화면

1

	소리내어 수식 읽기	Yes / No	단어외우기
1	$(6 \div 2) + 1 = 4$	응답하시오.	계산하다.
2	$(2 \times 4 + 1) \div 3 = 3$	응답하시오.	거행하다.
3	$(10 - 2) \div 4 = 1$	응답하시오.	기억하다.
4	$(12 - 3) \times 2 = 20$	응답하시오.	수출하다.
5	$(8 + 7) \div 3 = 5$	응답하시오.	논의하다.
6	$(24 \div 6) - 1 = 2$	응답하시오.	지급하다.
7	$(3 + 4) \times 2 = 32$	응답하시오.	배정하다.

Abstract

Differences in emotional and cognitive response according to the regulatory focus-regulatory means fit in the career decision-making process

Kyung-Eun, Kim

Department of Education

(Educational Counseling)

The Graduate School

Seoul National University

The purpose of this study was to compare the effects of the motivational system that regulates goal attainment behavior in the career decision-making process and the fitness of the strategy according to each motivational system to the value perception of career choice.

Early studies on career counseling and career decision making have

defined difficulties in career decision making as 'career indecision' and considered it as a career problem. These studies focused on understanding the causes of career indecision and identifying the characteristics of undecided individuals. In case of college students in South Korea, however, it is not difficult to find individuals with decided careers who still have career problems. Compared to the United States, South Korea has more college students who are decided on a career, and among them are people who are uncomfortable with their career choice. Often, career counselors in college settings meet students who express psychological difficulties due to the lack of conviction about their career decision. 'Problematic career decision' can be a source of serious stress for an individual and may affect work adaptation and job satisfaction later. Therefore, career education and counseling interventions are needed not only for undecided individuals but also for those who have made problematic career decisions. Later studies on career decision making have emphasized the importance of taking the quality of a career decision into account in addition to the career decision itself. By considering together various important factors associated with making career decisions, these studies sought to further specify the career decision types and understand their characteristics. However, the studies only went as far as differentiating and describing career decision-making states, and did not provide explanations for how individuals come to be in a certain state.

In addition, literature on career counseling and career decision-making has long been primarily focused on the topic of rational matching between the person and the job based on a cognitive understanding between self and the job world. However, in recent career counseling theories and research, the career

decision-making process is simultaneously a cognitive and emotional process. Many researchers have asserted that the complexity of the career decision-making process cannot be sufficiently understood with a model that only emphasizes rationality. Career decisions are always made through a process of compromise where one of several career options must be chosen. This study explored the factors that affect positive value perception about one's career decision in the process of career decision-making process of college students.

Based on the Regulatory Focus Theory of Higgins (1997), the study assumed that the value perception of one's choice would be affected by the regulatory focus, which is the motivational system that regulates one's behaviors to achieve goals in a decision-making process, and the regulatory fit among the strategies used in the decision-making process. According to the regulatory fit hypothesis of Higgins (2000), the perceived value of a particular behavior is higher when the manner in which the behavior is pursued is consistent with the goal state sought by the actor. In other words, the use of a regulatory strategy that is consistent with the regulatory focus in one's goal pursuit increases the perceived value of one's behavior. Higgins (2000) explained that when the regulatory focus and the regulatory strategy are in agreement, one becomes interested in pursuing the goal and feel right about the behavior. This is called the regulatory fit effect. Because the regulatory fit effect is based on the idea that the value of the choice is a function between one's current regulatory motivation tendencies and the strategy used in making the choice, the fit between regulatory focus and strategy affects how one evaluates the outcome of one's decision.

Higgins (1997) suggested that humans have two motivational systems for goal accomplishment, promotion focus and prevention

focus, where individuals with promotion focus are sensitive to gain or non-gain, while individuals with prevention focus are more sensitive to loss or non-loss. Thus, the promotion focus individuals use the eagerness meanss to take a risk even when there is a possibility of loss, while the prevention focus individuals use the vigilance meanss to avoid loss and prevent negative consequences even when there is a possibility of gain in order to achieve their goals.

Based on this, this study hypothesized that the college students with the promotion focus activated in the career decision-making process will make a more positive value judgment on their career choice cognitively and emotionally when they use the eagerness meanss than the vigilance meanss. On the contrary, the college students with the prevention focus activated will make a more positive value judgment on their career choice cognitively and emotionally when they use the vigilance meanss than the eagerness meanss. In other words, the regulatory focus-regulatory strategy fit effect was predicted in the career decision-making process, and this hypothesis was experimentally tested.

For this, the emotional and cognitive responses to the career choice between the regulatory focus-regulatory strategy fit and non-fit groups were explored. First, in order to differentiate groups, the hypothetical scenarios that activate the two types of regulatory focus (promotion focus and prevention focus) were created based on literature review, and then revised according to evaluation feedback of college counselors with master's and doctoral degrees in counseling. The scenarios were further revised by reflecting preliminary study participants' feedback. Then, a mock career decision-making task was developed, in which experiment participants were asked to choose one career out of the 9 career alternatives that they had in mind. In the

course of the task, regulatory strategies for goal attainment (eagerness meanss and vigilance meanss) were randomly assigned and then the regulatory focus-regulatory strategy fit was manipulated. 1:1 experiments were conducted on a total of 138 college students. Two regulatory focus (promotion, prevention) x two strategies (eagerness, vigilance) experimental design was used. Within each regulatory focus, emotional and cognitive responses based on the fit/non-fit between regulatory focus and regulatory strategy were compared.

Excluding 18 participants whose responses were judged unfit based on the baseline test and the manipulation check, data from a total of 120 individuals were analyzed. The results of the study can be summarized as follows. First, differences were found in the emotional and cognitive responses according to the fit/non-fit between regulatory focus and regulatory strategy in the promotion focus group. As for the emotional responses, the regulatory fit (promotion focus-eagerness meanss) group had significantly higher pleasure and positive emotion scores and significantly lower depression and hostility scores than the non-fit (promotion focus-vigilance meanss) group. As for the cognitive responses, the regulatory fit group had significantly higher confidence in their career choice than the non-fit group. In other words, in case of the group with promotion focus activated, regulatory fit effect was present. Second, differences depending on the regulatory focus-regulatory strategy fit were found in the emotional & cognitive responses in the prevention focus group. The regulatory fit (prevention focus-vigilance meanss) group had significantly lower sense of pleasure, control and positive emotion scores and significantly higher negative emotion, depression and anxiety scores than the non-fit (prevention focus-eagerness meanss)

group. As for the cognitive responses, the regulatory fit group had higher remembered significantly more career information than the non-fit group. In other words, in case of the prevention focus group, regulatory fit effect was not present in emotional response and actually showed an opposite outcome. Differently put, the non-fit group showed more positive emotion responses than the fit group. In the group that had the prevention focus activated, the regulatory fit hypothesis set forth by Higgins (2000) was not verified.

This study confirmed the causal impact of the value judgment on career choice according to the regulatory focus-regulatory strategy fit in the career decision-making process through experimental design. Specifically, the differences in emotional and cognitive responses to career decision according to the regulatory fit were identified. The regulatory fit effect in the career decision-making process found in this study provides useful implications for career counseling interventions that facilitate psychological adjustment (emotional adjustment especially) of 'individuals with decided careers who still have career problems' in the face of career compromises.

**Keywords : Career Counseling, Career Decision Making,
Regulatory Focus Fit**

Student Number : 2014-30480